



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE
ȘI CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE
UNIVERSITATEA „VASILE ALECSANDRI” DIN BACĂU
Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății
Calea Mărășești, nr.157, Bacău, 600115
Tel./Fax: +40-234/517715
www.ub.ro; e-mail: fsmss@ub.ro



GHIDUL STUDENTULUI

MASTERAND

2015-2016

PENTRU STUDII UNIVERSITARE DE MASTERAT

ANUL UNIVERSITAR 2015-2016

Ghidul studentului, structurat conform Regulamentului privind activitatea didactică și activitatea profesională a studenților din Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău - ciclul de studii universitare de licență (art. 14), cuprinde informații privind:

1. Programe de studii. Discipline	pag. 3
1.1. Programul de studii - Activități motrice curriculare și de timp liber - IF	pag. 3
1.1.1. Structură	pag. 3
1.2.1. Rezumatele fișelor disciplinelor	pag. 4
- An I	pag. 4
- An II	pag. 13
1.2. Programul de studii - Performanță sportivă - IF	pag. 21
1.2.1. Structură	pag. 21
1.2.2. Rezumatele fișelor disciplinelor	pag. 23
- An I	pag. 23
- An II	pag. 38
1.3.1. Programul de studii - Kinetoterapia în educarea și reeducarea funcțională - IF	pag. 52
1.3.1. Structură	pag. 52
1.3.2. Rezumatele fișelor disciplinelor	pag. 53
- An I pag. 53	
- An II pag. 60	
2. Cadrele didactice cu responsabilități de predare și seminarizare	pag. 67
3. Servicii puse la dispoziție de Universitate	pag. 68
4. Taxele de studii	pag. 69
5. Baza materială	pag. 69
6. Asociațiile studențești	pag. 70
7. Bursele	pag. 70
8. Mobilitățile ERASMUS +	pag. 71

1. Programe de studii. Discipline

1.1. Programul de studii ACTIVITĂȚI MOTRICE CURRICULARE ȘI DE TIMP LIBER, Cod 60.10.10

Domeniul de master: Știința sportului și Educației fizice

Forma de învățământ: Învățământ cu frecvență

1.1.1. STRUCTURĂ

ANUL I

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie	UB05AMC101S	DI	7	E	1
2.	Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie	UB05AMC102S	DI	7	E	1
3.	Concepte moderne în educație fizică și sport	UB05AMC103S	DI	4	C	1
4.	Gimnastica în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC104A	DI	6	E	1
5.	Handbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC105A	DI	6	E	1
6.	Modelare în educație fizică și sport de performanță	UB05AMC201S	DI	7	E	2
7.	DO1	UB05AMC202S	DO	4	C	2
8.	Educarea simțului estetic și demonstrații sportive	UB05AMC203A	DI	7	E	2
9.	Fotbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC204A	DI	6	E	2
10.	Atletism în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC205A	DI	6	E	2

Nr crt	DO	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Cadru instituțional și legislație în educație fizică și sport	UB05AMC202S1
2		Politici naționale în activitățile motrice de timp liber	UB05AMC202S2

ANUL II

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Metodologia cercetării performanței sportive și în sănătate	UB05AMC301S	DI	4	C	3
2.	Educație sportivă și olimpică	UB05AMC302S	DI	5	E	3
3.	DO1	UB05AMC303A	DO	5	E	3
4.	Turism ecologic	UB05AMC304A	DI	4	C	3
5.	Baschet în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC305A	DI	6	E	3
6.	Volei în învățământul liceal și activitățile de timp liber	UB05AMC306A	DI	6	E	3
7.	Strategii de gestionare a timpului liber	UB05AMC401A	DI	7	E	4
8.	Stagiu de practică sportivă competițională extrașcolară și de timp liber	UB05AMC402A	DI	8	C	4
9.	Stagiu de practică în centre de recreere și activități de timp liber	UB05AMC403A	DI	7	C	4
10.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație	UB05AMC404S	DI	8	C	4

Nr crt	DO	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Managementul asociației sportive școlare și competiției	UB05AMC303A1
2		Metodologia pregătirii echipelor reprezentative	UB05AMC303A2

EX - examen; V - Verificare; C - Colocviu

NOTĂ: Condiția de trecere în anul de studii următor este acumularea a minim 30 de credite pe anul în curs.

Decan,
Prof.univ.dr. D.-N. Mârza-Dănilă

Coordonator program,
Prof.univ.dr. Gh. Balint

Director Departament,
Conf.univ.dr. B.-C. Rață

1.1.2. REZUMATELE FIȘELOR DISCIPLINELOR

Anul de studii: I

Anul universitar: 2015-2016

Disciplina: **Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Culea Cătălina-Mihaela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Compoziția organismului uman. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, antrenat (ramuri sportive.) / neantrenat. Metabolismul intermediar – procese bioenergetice: MB, RMB. Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Calcularea indicelui alactacid. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul glucidelor (carbohidraților). Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul protidelor. Enzime: clasificare, structură și mecanism de acțiune, activitatea enzimatică în celulele organismului uman. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral. Substratul biochimic al contracției musculare. Neurochimia patologiei musculare. Biochimia structurală și dinamică a sistemului osos. Rol terapeutic în biochimia sistemului osos (rol benefic în osteoporoză); rol negativ (triada atletelor/ osteoporoza). Vitamine (2h): Implicații metabolice. Mecanism de reglare al proceselor metabolice. Implicații în efort fizic: energofore, susținătoare de efort. Anomalii în carență sau exces. Suplimente nutritive sau farmaceutice. Forme, conținut, biodisponibilitate, metabolizare. Hormoni: Implicații metabolice. Implicații în efort fizic; Anomalii în hiper sau hiposecreție. Evitare doping. Dietetica în bolile cu substrat metabolic (diabet zaharat, hiperlipoproteinemii, hiperuricemii, obezitate, denutriție. Dietetica în suferințele aparatului digestiv. Dietetica în suferințele aparatului cardiovascular; dietetica în suferințele aparatului renal. Management obezitate. Dietetica în denutriție.

Seminar: Evaluarea compoziției organismului uman antrenat. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, ramuri sportive. Metabolismul intermediar – procese bioenergetice: evaluarea MB, RMB. Evidențiere: Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul glucidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul protidelor. Enzime: Valoarea diagnostică a determinărilor de enzime: în infarctul miocardic și a complicațiilor acestuia: CK, ASAT, LDH; Modificări în bolile musculaturii; Modificări în boli ale aparatului osteotendinos. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral: Evaluare nivel apă din organism și distribuția ei în diferite compartimente; Evaluare nivel electroliților din organism și distribuția lor în diferite compartimente. Metabolism calciu: evaluare nivel. Metabolism fosfor. Evaluare nivel P; Metabolism magneziu. Evaluare nivel Mg; Metabolism fier. Evaluare nivel Fe; Metabolism cupru. Evaluare nivel Cu; Metabolism zinc. Evaluare nivel Zn. Vitamine. Evaluare nivel. Hormoni. Evaluare nivel. Statusul nutritiv. Nutriția în exercițiul fizic și sportul de performanță. Dieta. Etape de elaborare a unei diete; individualizarea dietei. Dietetica curativă. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu obezitate morbidă. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu hiperlipoproteinemie/hiperuricemie. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu suferințe cardiovasculare. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: Prelegerea, curs interactiv

Pentru seminar: conversația, dezbateră, studiu de caz, exerciții în baza unui portofoliu.

IV. Forma de evaluare: EXAMAN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei.	Examen	70%
	Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor.		
	Înțelegerea importanței studiilor de caz.		
	Capacitatea de a construi tipurile de argumente pro și contra studiate.		
Seminar	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar	Prezentare portofoliu	30%

V. Bibliografie

1. Culea, C.M., 2006, *Nutriție în sportul de performanță*, Editura Pim, Iași,
2. Culea, C.M., 2015, *Biochimie, Note de curs*, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
3. Culea, C.M., 2006, *Biochimie, Note de curs IFR*, Universitatea din Bacău
4. Culea, C.M., 2006, *Igienă și elemente de nutriționism*, Note de curs, Universitatea din Bacău
5. <http://www.mips.biochem.mpg.de/>
6. <http://www.biochem.northwestern.edu./>
7. <http://www.biochem.stanford.edu./>
8. <http://www.biochem.wisc.edu/>

Disciplina: **Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea, Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și creativitatea. Imaginația și creativitatea. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

Seminar: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea. Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și imaginația în creativitate. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegeri însoțite de proiecții, cursuri interactive.

Pentru seminar: explicații, pe baza unor proiecții, grafice, planșe; discuții pe baza unor materiale bibliografice recomandate; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a corectitudinii unor deprinderi motrice și a nivelului de dezvoltare a calităților motrice; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a dezvoltării somatice a unor subiecți și de calculare a indicilor corespunzători.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Răspunsuri la examen	Evaluare orală	50%
Seminar	Participare activă la curs și seminar	Discuții tematice și răspunsuri la întrebări	20%
	Realizarea unui produs creator	Prezentarea produsului elaborat.	30%

V. Bibliografie

1. Rață, G., 2010, *Educarea creativității în educație fizică și sport*, Editura Alma Mater, Bacău
2. Rață, G., 2011, *Educarea creativității în educație fizică sport și kinetoterapie*, Editura Alma Mater, Bacău
3. Amabile, M.T., 1997, *Creativitatea ca mod de viață, Ghid pentru părinți și profesori*, Editura Știință și Tehnică, București.

Disciplina: **Concepte moderne în educație fizică și sport**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Galeru Ovidiu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Concepții actuale și de perspectivă privind practicarea exercițiilor fizice și sportului. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. Concepte și noțiuni noi în terminologia educației fizice și sportului. Adaptare terminologiei informatice la domeniul educației fizice și sportului. Documente și directive europene și internaționale privind educația fizică și sportul. Structuri și instituții de organizare și cercetare a educației fizice și sportului de performanță, la nivel național și internațional. Sportul - producător de valori sociale și morale.

Seminar: Concepții actuale și de perspectivă privind practicarea exercițiilor fizice și sportului. Concepte și noțiuni noi în terminologia educației fizice și sportului. Adaptare terminologiei informatice la domeniul educației fizice și sportului. Documente și directive europene și internaționale privind educația fizică și sportul. Structuri și instituții de organizare și cercetare a educației fizice și sportului de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. Sportul - producător de valori sociale și morale.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegeri, cursuri interactive. Demonstrație, exersare.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Lucrare scrisă	50%
Seminar	Gradul de participare activă la seminarii	Discuții tematice și răspunsuri la întrebări	20%
	Gradul de însușire a disciplinei	Prezentarea referatelor elaborate.	30%

V. Bibliografie

1. Dragnea, A., Bota, A. 1999, *Teoria activităților motrice*, Ed. Didactică și Pedagogică R.A., București
2. Nicu, Alexe coord. 2002, *Enciclopedia educației fizice și sportului din România*, Editura Aramis
3. * * * 2007, *Cartea albă a sportului*, Comisia europeană, Oficiul pentru publicații, Bruxelles
4. * * * 1978, *Carta Internațională de Educație Fizică și Sport*, Națiunile Unite pentru Educație Științifică și Cultură, Adoptată de Conferința Generală în a XX-a sesiune, Paris
5. * * * 2007, *Carta olimpică*, Comitetul olimpic internațional
6. * * * 1989, *Convenția europeană împotriva dopajului*, Adoptată de Comisia europeană la Strasbourg.

Disciplina: **Gimnastica în învățământul liceal și activitățile de timp liber**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Lecția de educație fizică la ciclul liceal; Metodica predării exercițiilor de front și formații;

Metodica predării exercițiilor de dezvoltare fizică generală; Metodica predării exercițiilor aplicative; Metodica predării exercițiilor acrobatice; Metodica predării săriturilor cu sprijin; Modalități de organizare ale activităților de timp liber cu caracter artistic.

Lucrări practice: Metodica predării exercițiilor de front și formații; Metodica predării exercițiilor de dezvoltare fizică generală; Metodica predării exercițiilor aplicative; Metodica predării exercițiilor acrobatice; Metodica predării săriturilor cu sprijin; Modalități de organizare ale activităților de timp liber cu caracter artistic.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz. Conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, observația.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Cunoașterea terminologiei Capacitatea de a construi tipuri de exerciții de DFG Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Lucrări practice	Participarea activă și efectivă la lucrări practice Capacitatea de a utiliza corect termenii de bază și terminologia domeniului	Evaluarea cantității și calității intervențiilor teoretice și execuțiilor practice	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării mijloacelor specifice, Capacitatea de a construi tipuri de exerciții și mijloace specifice pentru fiecare componentă structurală a lecției Capacitatea de a corecta și organiza colectivul	Evaluarea activității de generalizare a predării metodicii mijloacelor gimnasticii	20%
	Prezentarea unei teme pe bază de referat și a caietului disciplinei Capacitatea de a verigi ale lecției cu mijloace originale	Evaluarea calității și creativității mijloacelor gimnasticii	20%

V. Bibliografie

1. Dobrescu, T., Dumitru, R., 2007, *Metodica predării gimnasticii în gimnaziu, curs de specialitate*, Editura Pim, Iași
2. Dobrescu, T., Constantinescu, E., 2006, *Bazele teoretice și metodice ale gimnasticii, Curs de bază*, Ed. Tehnopress, Iași
3. Dobrescu, T., Constantinescu, E., 2006, *Gimnastica – concepte teoretice și aplicații practice*, Ed. Tehnopress, Iași
4. Dobrescu, T., 2008, *Gimnastica aerobică - o alternativă pentru un nou stil de viață al adolescenților*, Editura Pim, Iași
5. Bănășan, O., 1983, *Banca de gimnastică*, Ed. Sport-turism, București
6. Tudusciuc, I., 1977, *Gimnastica acrobatică*, Ed. Sport-turism, București
7. Markman, N.M., 1998, *Entraînement de la souplesse. Techniques d'etirement.*, Rev. Macolin nr.4
8. Bignasca, N., 1993, *L'imitation des enfants à l'échafement musculaire*, Rev. Macolin, Elveția, nr.10.

Disciplina: **Handbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Actualizarea principalelor noțiuni teoretice specifice educației fizice și jocului de handbal. Bazele generale ale predării jocului de handbal în lecția de educație fizică din ciclul liceal.

Particularitățile predării jocului de handbal în învățământul liceal (clasele IX-X). Particularitățile predării jocului de handbal în învățământul liceal (clasele XI-XII). Particularitățile predării jocului de handbal în activitățile de timp liber.

Lucrări practice: Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de handbal în lecția de educație fizică din învățământul liceal (clasele IX-X). Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de handbal în lecția de educație fizică din învățământul liceal (clasele XI-XII). Organizarea și conducerea unei lecții de educație fizică cu conținut de handbal în învățământul liceal. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de handbal în activitățile de timp liber.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: explicația, prelegerea, lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	60%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat (Programul unei activități de timp liber cu specific de handbal)	Verificarea referatului	40%

V. Bibliografie

1. Acsinte, A., Alexandru, E., 2000, *Handbal. De la inițiere la marea performanță*, Editura MEDIA TM, Bacău
2. Alexandru, E., Acsinte, A., 2005, *Handbal, Mijloace de acționare*, Editura Valinex, Chișinău, Republica Moldova
3. Alexandru, E., 2009, *Handbalul în învățământul liceal și postliceal: curs studii de masterat*, Editura Alma Mater, Bacău
4. Curreli, J.J., Landure P., 1996, *Handball - Rules, Technique, Tactics*, EHF, Milan
5. Șufaru, C., 2006, *Handbal III - Jocul de handbal în școală, și în afara lecțiilor de educație fizică*, Editura Pim, Iași.

Disciplina: **Modelare în educație fizică și sport de performanță**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Definirea conceptelor de model - modelare. Tipuri. Clasificare. Modelarea educației fizice și sportului - Axiome. Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național. Educația fizică și sportul de performanță - sistem cibernetic (ierarhizat). Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță.

Lucrări practice: Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național. Educația fizică și sportul de performanță - sistem cibernetic (ierarhizat). Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), prezentări PowerPoint; Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru seminar).

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Examen scris	65%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat tematic	Notarea prezentării și conținutului referatului	35%

1. Referat

Elaborarea unui referat (pe suport magnetic și hârtie) care trebuie să conțină un model de pregătire pentru activități specifice educației fizice.

2. Evaluarea examenului scris din materia teoretică predată la curs:

Examenul scris va cuprinde 3 (trei) întrebări din materia teoretică predată la curs; Notarea studentului se va efectua după un barem de corectare care va fi afișat după susținerea examenului scris.

V. Bibliografie

1. Balint, Gh., 2015, *Modelare în educație fizică și sport de performanță - Curs listat*, Curs pentru studenți, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
2. Ghenadi, V., Grapă, F., Balint, Gh., 2002, *Educație Fizică și Sport - Fenomen Social. Abordare axiomatică.*, Editura Alma Mater, Bacău
3. Ghenadi, V., Grapă, F.; Mârza, D., 1994, *Model și modelare în voleiul de performanță*, Editura Plumb, Bacău
4. Alexandru, E. 2005, *Principii ale modelării antrenamentului în handbal-juniori I*, Editura Tehnopress, Iași
5. Dobrescu, T., 2005, *Modelarea în gimnastica aerobică de performanță*, Editura Tehnopress, Iași.

Disciplina: **DO1 - Cadru instituțional și legislație în educație fizică și sport**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Lupu Gabriel-Stănică**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni fundamentale de drept. Educația fizică componentă a educației generale. Sportul fenomen social: coordonate, componente, elemente legislative. Istoricul legislației în domeniul activităților fizice curriculare și extracurriculare. Legislația actuală a formelor de organizare a domeniului activităților fizice și sportive de performanță. Legislația actuală a formelor de organizare a domeniului activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber. Baza legislativă în domeniul activității fizice și sportului.

Seminar: Analiza asupra normelor fundamentale, principiilor în drept, instituții și organisme legislative. Informații cu privire la modificări ale legislației în domeniul activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber. Acte legislative ce contribuie la susținerea activității sportive de performanță și sportului pentru toți. Analiza codurilor etice și deontologice ale disciplinei și asociate disciplinei. Analiza asupra domeniului activităților fizice și sportive din punct de vedere al funcționării în cadru legislativ.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, comunicarea, discuții interactive.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea noțiunilor teoretice	Examinare orală	50%
Seminar	Participare activă la seminar Prezentare unui referat din tematica indicată în fața grupei	Notarea răspunsurilor la întrebări și a referatului	10% 40%

V. Bibliografie

1. Agenția Națională Anti-Doping - <http://www.anad.gov.ro/legislație.php>
2. Comitetul Olimpic și Sportiv Român - <http://www.cor.ro/legislatie.php>
3. Monitorul Oficial al României - legi și hotărâri de guvern specifice domeniului activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber - <http://www.monitoruloficial.ro/>
4. <http://www.gov-sport.ro/legislație.php>
5. <http://www.edu.ro/>

Disciplina: **DO1 - Politici naționale în activitățile motrice de timp liber**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Lupu Gabriel-Stănică**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Politici naționale și europene pentru activități motrice de timp liber. Educația fizică, educația pentru timp liber, componente a educației generale. Sportul - fenomen social: coordonate, componente, elemente legislative. Valențe psiho-pedagogice și beneficii ale exercițiilor fizice practicate ca loisir. Legislația actuală a formele de organizare a domeniului activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber - Legea Tinerilor nr. 350 din 21/07/2006. Sport, Sănătate și Recreere - Obiective specifice și direcții de acțiune. Implicații psiho-sociale și motrice ale practicării activității motrice în sistemul educațional românesc.

Seminar: Metode de evaluare a sănătății. Evaluare motrică și expresivitate corporală. Modelare corporală prin activități fitness. Repere privind conceperea programelor de activități motrice de timp liber. Aplicații și programe pentru grupe diferite de vârstă și nivel de pregătire și începători, mediu, avansați. Programe pentru combaterea obezității și corectarea atitudinilor vicioase. Modelare corporală prin activități fitness. Analiza domeniului activităților fizice și sportive din punct de vedere al funcționării în cadru legislativ.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea interactivă, explicația, comunicarea.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea noțiunilor teoretice	Examinare orală	50%
Seminar	Participare activă la seminare Elaborarea unui referat din tematica indicată	Discuții și răspunsuri la întrebări Prezentarea referatului în fața grupei	10% 40%

V. Bibliografie

1. Bota, A., 2006, *Exerciții fizice pentru o viață activă, Activități motrice pentru timp liber*, Ed. Cartea Universitară, București
2. Bocu T., 2007, *Activitatea fizică în viața omului contemporan*, Ed. Casa cărții de știință, Cluj-Napoca
3. Georgescu F., 1976, *Cultura fizică-fenomen social*, Ed. Sport-turism, București
4. <http://www.gov-sport.ro/legislație.php>
5. <http://www.edu.ro/>

Disciplina: **Educarea simțului estetic și demonstrații sportive**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Estetica - delimitări conceptuale, istoric, categorii, metode. Frumosul - fenomen estetic de bază și categorie centrală a esteticii. Educația estetică - componentă a personalității. Estetica corporală prin elemente de ținută și postură. Estetica promovată prin activitatea didactică. Gimnastica estetică - ramură a gimnasticii. Estetica mișcărilor prin mijloace de comunicare nonverbală. Mijloace fundamentale de tehnică corporală. Educarea estetică prin mijloacele gimnasticii ritmice, aerobice. Mijloace speciale de pregătire muzicală. Demonstrații sportive prin exerciții cu majorete.

Seminar: Mijloace fundamentale de tehnică corporală. Educarea estetică prin mijloacele gimnasticii ritmice. Mijloace speciale de pregătire muzicală. Educarea estetică prin mijloacele gimnasticii aerobice. Educarea estetică prin mijloacele dansului. Demonstrații sportive prin mijloacele gimnasticii de bază. Demonstrații sportive prin exerciții cu majorete.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Capacitatea de a reprezenta tipuri de activități estetice Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Seminar	Participarea activă și efektivă la seminar Capacitatea de a utiliza corect mijloacele educării simțului estetic	Evaluarea cantității și calității intervențiilor teoretice și execuțiilor practice.	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării mijloacelor specifice, Capacitatea de a identifica componentele educației estetice	Evaluarea activității de generalizare componentele esteticii	20%
	Prezentarea unei teme pe baza de referat	Evaluarea calității elementelor esteticii	20%

V. Bibliografie

1. Dobrescu, T., 2008, *Estetica – o filozofie de viață*, Editura Pim, Iași
2. Dobrescu, T., 2008, *Gimnastica aerobică - o alternativă pentru un nou stil de viață al adolescenților*, Editura Pim, Iași
3. Dobrescu, T., 2008, *Gimnastica aerobică – strategii pentru optimizarea fitnessului*, Editura Pim, Iași
4. Greder, F., 1994, *La musique et le mouvement en parfaite harmonie*, Rev. Macolin, Nr.12, p. 8
5. Dobrescu, T., 2007, *Bazele teoretice și metodice ale gimnasticii ritmice Curs de specialitate*, Editura Pim, Iași.

Disciplina: **Fotbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Actualizarea principalelor noțiuni teoretice specifice educației fizice și jocului de fotbal. Bazele generale ale predării jocului de fotbal în lecția de educație fizică din ciclul liceal și activitățile de timp liber. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Fotbal în lecția de educație fizică la clasa a IX-a. Metodologia predării și învățării jocului de fotbal în lecția de educație fizică la clasa a IX-a. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Fotbal în lecția de educație fizică la clasa a X-a. Metodologia predării și învățării jocului de fotbal în lecția de educație fizică la clasa a X-a. Organizarea și Practicarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Fotbal în lecția de educație fizică la clasa a XI-a. Metodologia predării și învățării jocului de fotbal în lecția de educație fizică la clasa a XI-a. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Fotbal în lecția de educație fizică la clasa a XII-a. Metodologia predării și învățării jocului de fotbal în lecția de educație fizică la clasa a XII-a. Particularitățile predării jocului de fotbal în activitățile extracurriculare și de timp liber.

Lucrări practice: Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de fotbal în lecția de educație fizică la nivelul clasei a IX-a. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de fotbal în lecția de educație fizică la nivelul clasei a X-a. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de fotbal în lecția de educație fizică la nivelul clasei a XI-a. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de fotbal în lecția de educație fizică la nivelul clasei a XII-a. Organizarea și conducerea unei lecții de educație fizică

cu conținut de fotbal în învățământul liceal. Organizarea, conducerea și metodică folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de fotbal în activitățile extracurriculare și de timp liber.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), PowerPoint;
Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru activitățile practice).

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de evaluare	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Întrebări din conținutul cursului	Examen scris	60%
Lucrări practice	Evaluare probă de verificare practico-metodică	Notă	40%

1. Evaluarea examenului scris din materia teoretică predată la curs:

Examenul scris va cuprinde 3 (trei) întrebări din materia teoretică predată la curs; Notarea studentului se va efectua după un barem de corectare care va fi afișat după susținerea examenului scris.

2. Evaluare probă de verificare practico-metodică:

Fiecare student va susține o probă de verificare practico-metodică care va consta în elaborarea unei teme de casă (referat) pe suport magnetic și hârtie, care trebuie să conțină minim 3 (trei) jocuri dinamice sau ștafete cu mingea de fotbal care se pot utiliza în lecția de educație fizică la clasele IX-XII sau în activitățile extracurriculare și de timp liber (la alegerea studentului) și organizarea, conducerea și metodică predării celor 3 (trei) jocuri dinamice sau ștafete cu mingea de fotbal prezentate în referat.

NOTĂ

- colectivul de „elevi” va fi format din studenții colegi din subgrupa respectivă;
- fiecare student are dreptul să-și fixeze singur data în care va susține această probă practico-metodică (de comun acord cu titularul activităților de curs, nu mai târziu de ultima săptămână a semestrului);
- 10 puncte corespund cu nota 10 (zece);
- fiecare student are dreptul să susțină o singură dată probă de verificare practico-metodică;
- studentul se va autoevalua în fața grupei din care face parte, după tabelul următor:

Organizarea colectivului de elevi și a traseului necesar pentru efectuarea jocului/ștafetei	2 puncte
Selectarea și prezentarea temelor “lecției”	1 punct
Pregătirea spațiului de joc; pregătirea materialelor necesare desfășurării jocului / ștafetei; formarea echipelor și repartizarea sarcinilor de joc	1 punct
Explicarea și demonstrarea jocului / ștafetei; arbitrajul; indicații metodice, corectări.	2 puncte
Conducerea colectivului de “elevi”	2 puncte
Aprecieri	1 punct
Din oficiu	1 punct
TOTAL	10 puncte

Evaluarea probelor de verificare practice se va face de către titularul activităților de curs în prezența titularului activităților de lucrări practice.

V. Bibliografie

1. Balint, Gh., 2013, *Fotbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber - Curs listat*, Curs pentru studenții, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
2. Balint, Gh., 2007, *Metodica predării fotbalului în gimnaziu*, Editura Pim, Iași
3. Balint, Gh., 2009, *Jocurile dinamice - o alternativă pentru optimizarea lecției de educație fizică cu teme din fotbal în învățământul gimnazial*, Editura Pim, Iași
4. Motroc, I., Cojocaru, V., 1991, *Fotbalul: curs de bază. Vol. 3: Fotbalul în școală*, Academia Națională de Educație Fizică și Sport. A.N.E.F. București
5. Stan, Z., Ploșteanu, C., 2004, *Metodica handbalului și fotbalului scolar: îndrumar metodic*, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos” din Galați
6. <http://cadredidactice.ub.ro/balintgheorghe/files/2011/03/metodica-predarii-fotbalului-in-gimnaziu.jpg>

Disciplina: **Atletism în învățământul liceal și activitățile de timp liber**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Rață Bogdan-Constantin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Lecția de atletism în învățământul liceal. Programa școlară la nivelul învățământului liceal. Creșterea capacității de efort și a rezistenței la oboseală. Metodica predării probelor de alergări. Metodica predării probelor de sărituri. Metodica predării probelor de aruncări. Metodica pregătirii elevilor și echipelor pentru participarea în competițiile sportive școlare. Sistemul competițional la nivel liceal și universitar.

Lucrări practice: Școala atletismului. Tehnica și metodica predării probelor de alergări. Tehnica și metodica predării probelor de sărituri. Tehnica și metodica predării probelor de aruncări. Organizarea competițiilor în timpul liber.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere, exersare practică.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	60%
Lucrări practice	Evaluare lucrări practice Referat	Verificare practică (20%) Notarea conținutului și prezentării referatului (20%)	40%

V. Bibliografie

1. Alexe, D., 2007, *Atletism îndrumar de lucrări practice*, Editura Pim, Iași
2. Rață, B., 2009, *Atletism în învățământul liceal și postliceal - curs studii de masterat*, Editura Alma Mater, Bacău
3. Rață, B., C., 2009, *Atletismul în sistemul școlar*, Editura Pim, Iași
4. Rață, G., 1997, *Bazele generale ale antrenamentului athletic*, Editura Plumb, Bacău
5. Rață, G., 2006, *Aptitudinile în activitatea motrică*, Editura EduSoft, Bacău.

Anul de studii: **II**

Anul universitar: **2015-2016**

Disciplina: **Metodologia cercetării în performanța sportivă și sănătate**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

Seminar: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar

IV. Forma și criteriile de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor cercetarea în activitățile de educație fizică și sport	Examen	50%
	Utilizarea metodelor proprii științelor înrudite pentru prelucrarea și interpretarea rezultatelor		
	Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului		
	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar;		
Seminar	Capacitatea de a elabora și susține o lucrare de cercetare	Referat	20%
	Capacitatea de a redacta o lucrare	Lucrare	30%

V. Bibliografie

1. Ababei, R., 2006, *Metodologia cercetării în domeniul activităților corporale*, Editura Pim, Iași
2. Epuran, M., 2003, *Metodologia cercetării activităților corporale*, FEST, Suceava,
3. Dragnea, A., Tudor, V., 2000, *Măsurarea și evaluarea în activitatea de educație fizică și sport*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București
4. Thomas, J.,R., Nelson, J., K., 1996, *Metodologia cercetării în activitatea fizică*, Ed. CCPS, București.

Disciplina: **Educație sportivă și olimpică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	5

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Pierre de Coubertin și restaurarea jocurilor. Principiile olimpismului modern. Simbolistica Jocurilor Olimpice moderne. Evoluția Jocurilor Olimpice. Valoarea morală a ideilor olimpismului. Cauze ale crizei actuale ale olimpismului. România la Jocurile Olimpice - Modele de mari campioni.

Seminar: Pierre de Coubertin și restaurarea jocurilor. Principiile olimpismului modern. Simbolistica Jocurilor Olimpice moderne. Evoluția Jocurilor Olimpice. Valoarea morală a ideilor olimpismului. Cauze ale crizei actuale ale olimpismului. România la Jocurile Olimpice - Modele de mari campioni.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, fundamentale ale olimpismului	Examen	50%
	Utilizarea mijloacelor educației olimpice în vederea implementării în activitatea socială		
	Explicarea importanței valorilor olimpice		
	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar		
Seminar	Capacitatea de a proiecta un program de educație olimpică	Referat	25%
	Capacitatea de a crea și a transmite programe de educație olimpică în mediul social	Lucrare scrisă	25%

V. Bibliografie

1. Ababei, C., 2000, *Istoria educației fizice și sportului*, curs ID, Universitatea Bacău
2. Ababei, C., Ababei, R., 2003, *Repere ale istorice în evoluția exercițiului fizic*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Ababei, R., 2006, *Educație olimpică*, Ed. Alma Mater, Bacău
4. Bănciulescu, V., *Jocurile Olimpice de-a lungul veacurilor*, Ed. UCFS, București
5. Matei, I., 1980, *Ramul de măsline al Olimpiei*, Ed. Stadion, București.

Disciplina: **DO1 - Managementul asociației sportive școlare și competiții**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Rață Bogdan-Constantin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	5

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni generale de management. Asociațiile sportive. Constituirea unei asociații sportive școlare. Etapele necesare pentru înființarea unei asociații sportive. Competițiile școlare.

Seminar: Organizarea și administrarea activității desfășurate de asociația sportivă școlară. Constituirea grupelor de inițiere, de tip club sportiv școlar. Amenajarea spațiilor pentru desfășurarea activităților desfășurate de asociația sportivă școlară. Întrecerile demonstrative în școli. Activitățile și competițiile sportive organizate de asociațiile sportive școlare. Activități propagandistice.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere, conversația, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	60%
Seminar	Verificare	Referat	40%

V. Bibliografie

1. Balaieș, F., 1996, *Managementul și Legislația E.F.S.*, Universitatea din Galați
2. Ghenadi, V., 2001, *Management - Note de curs*, Universitatea din Bacău
3. Mihăilescu, N., 2006, *Management marketing legislație în activitatea sportivă*, Editura Universității din Pitești
4. Rață, B.-C., 2009, *Management și marketing în educație fizică și sport - curs studii de licență*, Editura Alma Mater, Bacău
5. Todan, I., Roibu, T., Ionescu, H., 1997, *Management și legislație în E.F.S.*, Ed. Printech, București
6. Todea, S., F., 2000, *Managementul Educației Fizice și Sportului*, Ed. Fundației România de Măine, București
7. Voicu, A., V., 1998, *Managementul organizațiilor și activităților sportive*, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca.

Disciplina: **Turism ecologic**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Drăgoi Cristian-Corneliu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	-	1x14=14	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Conceptul de turism ecologic. Definiții, caracteristici, tendințe. Noțiuni de mediu și protecția ecosistemelor. Potențialul de turism ecologic al României. Principalele forme de practicare a turismului ecologic în zona montană a României. Activități moderne de ecoturism și impactul asupra mediului înconjurător. Aree protejate în România.

Lucrări practice: Turismul ecologic, mijloc de recreere, odihnă activă și protejare a naturii. Forme de turism montan competițional „eco-challenge”, „grand raids”. Elemente de organizare a turismului ecologic. Noțiuni de bază despre flora și fauna montană. Organizarea unor activități practice de turism ecologic.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere, însoțite de materiale intuitive: planșe, aparatură video, explicație, demonstrație

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Înșușirea problematicei tratate la curs.	Colocviu	50%

	Cunoașterea conceptului de turism ecologic, a unor noțiuni de mediu și protecția ecosistemelor. Cunoașterea principalelor arii protejate din România și a impactului activităților turistice asupra mediului în aceste arii protejate.		
Lucrări practice	Cunoașterea elementelor de organizare a turismului ecologic. Însușirea noțiunilor de bază despre flora și fauna sălbatică. Participarea activă la organizarea activităților practice de turism ecologic.	Verificare practică	50%

V. Bibliografie

1. Drăgoi, C.-C., 2006, *Turism și activități sportive în spațiul montan*. Editura Edusoft, Bacău
2. Enoiu, R., 2007, *Pregătirea profesională pedagogică a studenților facultății de educație fizică și sport în cadrul cursului opțional turism ecologic*. Teză de doctorat, INEFS, Chișinău
3. Glăvan, V., 2000, *Turismul în România*. Editura Economică, București
4. [http:// www.turism ecologic.org](http://www.turism-ecologic.org)

Disciplina: **Baschetul în învățământul liceal și activitățile de timp liber**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Ciocan Vasile-Cătălin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Actualizarea principalelor noțiuni teoretice specifice educației fizice și jocului de baschet. Bazele generale ale predării jocului de baschet în lecția de educație fizică din ciclul liceal. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Baschet în lecția de educație fizică la clasa a IX-a. Metodologia predării și învățării jocului de baschet în lecția de educație fizică la clasa a IX-a. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Baschet în lecția de educație fizică la clasa a X-a. Metodologia predării și învățării jocului de baschet în lecția de educație fizică la clasa a X-a. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Baschet în lecția de educație fizică la clasa a XI-a. Metodologia predării și învățării jocului de baschet în lecția de educație fizică la clasa a XI-a. Organizarea și proiectarea demersului didactic a unității de învățare-educare-aplicare: Baschet în lecția de educație fizică la clasa a XII-a. Metodologia predării și învățării jocului de baschet în lecția de educație fizică la clasa a XII-a. Particularitățile predării jocului de baschet în activitățile extracurriculare și de timp liber.

Lucrări practice: Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică la nivelul clasei a IX-a. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică la nivelul clasei a X-a. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică la nivelul clasei a XI-a. Organizarea și conducerea unei lecții de educație fizică cu conținut de baschet în învățământul liceal. Metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică la nivelul clasei a XII-a. Organizarea, conducerea și metodica folosirii exercițiilor și a structurilor de exerciții specifice jocului de baschet în activitățile extracurriculare și de timp liber.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegere, expunerea, explicația, demonstrația, discuții interactive, problematizarea. Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: Examen

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice	Test grilă	50%
Lucrări practice	Demonstrarea unei structuri de joc: dribling printre jaloane – oprire într-un timp – aruncare la coș de pe loc – recuperare – pasă – dribling și aruncare la cos din dribling. Arbitrarea unui joc de baschet.	Testare practică	50%

V. Bibliografie

1. Ciocan, C., 2004, *Baschet – îndrumar metodologic*, Editura Alma Mater, Bacău
2. Ciocan, C., 2007, *Tehnica și tactica jocului de baschet*, Editura Pim, Iași
3. Ciocan, C., 2010, *Bazele generale ale baschetului*, Ed. Alma Mater, Bacău
4. Ciocan, C., Ciocan, D., 2007, *Baschet - caiet de lucrări practice*, Editura Pim, Iași
5. Colibaba-Evuleț, D., Bota, I., 1998, *Jocuri sportive - teorie și metodică*, Editura ALDIN, București
6. Gheorghiu, S., 1986, *Minibaschet - exerciții și jocuri*, Editura Sport-turism, București
7. Ionescu, S., Dirjan, C., 1997, *Instruire și performanță în baschet la copii și juniori*. Editura Didactică și Pedagogică RA, București.

Disciplina: **Volei în învățământul liceal și activități de timp liber**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Modele de joc în volei la nivelul învățământului liceal și universitar general. Curricula predării jocului de volei în învățământului liceal și universitar general. Metodologia predării jocului de volei în învățământului liceal și universitar general. Jocul de volei la echipa reprezentativă de liceu. Jocul de volei la echipa reprezentativă universitară. Jocul de volei în alte forme organizate de practicare a exercițiilor fizice și sportului.

Lucrări practice: Învățarea și repetarea lovirii mingii, exerciții și jocuri. Joc 2x2 pe teren redus cu trei lovituri la fiecare fază - variante (jocuri cu temă, competiții). Joc 3x3 pe teren redus cu trei lovituri la fiecare fază - variante (jocuri cu temă, competiții). Joc 4x4 pe teren redus cu trei lovituri la fiecare fază - variante (jocuri cu temă, competiții) cu jucători specializați în ridicători și trăgători. Joc 6x6 pe teren regulamentar - variante (jocuri cu temă, competiții), cu jucători specializați în ridicători și trăgători, în formație de joc 4T+2R, fără și cu schimb de zone.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere, însoțite de materiale intuitive: planșe, aparatură video, explicație, demonstrație

IV. Forma de evaluare: Examen

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea jocului de volei	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Bâc, O., 1999, *Volleyball*, Editura Universității, Oradea,
2. Bâc, O., Costea, A., Szabo, P., 2000, *Beachvolleyball*, Editura Universității, Oradea
3. Mârza, D., Grapă, F., 2007, *Volei în învățământ*, Ediția a II-a, Editura Pim, Iași
4. Mârza-Dănilă, D., 2007, *Volei. Bazele teoretice și metodice*, Editura Pim, Iași
5. Mârza-Dănilă, D., 2006, *Bazele metodice ale predării jocului de volei în lecția de educație fizică*, Editura Pim, Iași
6. * * *, 2000, *Curriculum de educație fizică*, M.E.N., București.

Disciplina: **Strategii de gestionare a timpului liber**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Introducere în problematica disciplinei. Timpul și bugetul de timp (timpul, bugetul de timp). Timpul liber (conceptul de timp liber; funcțiile timpului liber; tipurile de activități din timpul liber). Strategii de gestionare a timpului (strategia gestionării timpului; gestionarea timpului liber; strategii de organizarea a timpului liber a unui elev; strategii de gestionarea timpului a unui cadru didactic; strategii de gestionare a timpului liber a unui student). Schema orară a activităților săptămânale. Fișa carierei personale. Fișa de lucru a stilului de viață. Sportul și timpul liber (importanța practicării sportului în timpul liber; sarcinile și obiectivele activității sportive din timpul liber; contribuția activității din timpul liber la realizarea procesului educației generale; activitatea de mișcare și timpul liber; Forme de practicare a mișcării în timpul liber). Proiectarea activității individuale (conceperea programului de timp liber; obiectivele programului de timp liber; analiza resurselor practicantului; eșalonarea activităților profesionale și de timp liber; analiza și evaluarea organizării timpului). Proiectarea activităților colective (conceperea programului de activitate colectivă; obiectivele programului; analiza resurselor programului; eșalonarea activităților în cadrul programului; analiza și evaluarea organizării timpului în concordanță cu obiectivele programului).

Seminar: Explicarea noțiunilor specifice timpului. Realizarea unei fișe cu modalitate de creare a unor programe de activitate de timp liber. Realizarea unei fișe cu modalitate de organizare a programelor curriculare de timp liber. Realizarea unui program de practică de activitate sportivă de timp liber. Strategia organizării timpului individual. Strategia organizării timpului în activități de grup.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegeri însoțite de proiecții, cursuri interactive.

Pentru seminar: explicații, pe baza unor proiecții, grafice, planșe; discuții pe baza unor materiale bibliografice recomandate; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a corectitudinii unor deprinderi motrice și a nivelului de dezvoltare a calităților motrice; activități de observare, măsurare, înregistrare a dezvoltării somatice a unor subiecți și de calculare a indicilor corespunzători.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Seminar	Participarea activă la seminar Realizare produs creator	Discuții pe o temă dată și răspunsuri la întrebări (20%) Prezentarea produsului (30%)	50%

V. Bibliografie

1. Rață, G., 2007, *Strategii de gestionare a timpului liber - Curs pentru masteranzi Activități corporale sportiv-recreative și de timp liber*, Editura Pim, Iași.
2. Angelescu, C., Jula, D., 1997, *Timpul liber - condiționări și implicații economice*, Editura Economică, București
3. Cucoș, I., 2002, *Timp și temporalitate în educație. Elemente de management al timpului școlar*, Editura Polirom, Iași.

Disciplina: **Stagiu de practică sportivă competițională extrașcolară și de timp liber**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	4x14=56	8

II. Conținutul disciplinei:

Practică: Având în vedere OM nr. 3955/09.05.2008, la această disciplină studenții vor alege singuri locația/locațiile pentru desfășurarea stagiului de practică dintre locațiile cu care facultatea are încheiate convenții de colaborare, cu obligativitatea transmiterii titularului de disciplină, în primele două săptămâni ale semestrului de studiu, a:

- locației alese (clubului/asociației sportive etc.);

- datelor de identificare a clubului/asociației sportive, etc. aleasă;
 - datelor de identificare a coordonatorului activității din locația aleasă (nr. de telefon și/sau e-mail);
- Activitatea concretă a studentului pe parcursul a celor 56 de ore, constă în:
- participarea benevolă și voluntară la activitățile sportive competiționale extrașcolare și de timp liber din locația aleasă;
 - realizarea a minim 3 (trei) fișe de observație a activităților specifice urmărite.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru activitățile practice).

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Prezentarea <i>Portofoliului de practică</i>	Analiza și notarea portofoliului	100%

V. Bibliografie

1. Acsinte, A. 2007, *Jocuri și activități dinamice de timp liber*, Editura Performantica, Iași
2. Drăgoi, C. 2004, *Teoria Competiției*, note de curs, Universitatea din Bacău
3. Rață, G., 2007, *Strategii de gestionare a timpului liber. Curs pentru masteranzi*, Editura Pim, Iași
4. Voicu, A.V., 1998, *Managementul organizațiilor și activităților sportive*, Editura Risoprint, Cluj Napoca
5. Wille, V., 1993, *Sistemul competițional. În Lexiconul Științei sportului*, Berlin.

Disciplina: **Stagiu de practică în centre de recreere și activități de timp liber**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Ochiană Nicolae**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	3x14=42	7

II. Conținutul disciplinei:

Practică: Cunoașterea condițiilor de spațiu, dotare și de igienă pe care trebuie să le aibă un centru de recreere. Cunoașterea aparatelor, a materialelor și a modurilor de folosire ale acestora. Observarea și învățarea principalelor activități folosite de instructori. Participarea, alături de instructori, la activitățile desfășurate, prin implicare directă în ajutorul și coordonarea practicanților la diferite activități. Coordonarea unor activități, fără implicarea instructorilor. Alcătuirea unor programe de activități proprii, care să fie aplicate în centrele de recreere.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: observația dirijată, explicația, demonstrația, conversația.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Forma de evaluare	Criterii de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare finală: Colocviu - oral	Prezentarea portofoliului. Evaluarea corectitudinii și clarității portofoliului, a calității explicațiilor și exemplilor.	50%
Evaluarea pe parcurs a activității de practică.	Modul de implicare în activitățile organizate în centrele de recreere	50%

V. Bibliografie

1. Acsinte A., 2007, *Jocuri și activități dinamice de timp liber*, Editura Performantica, Iași

Disciplina: **Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație**

Titular disciplină: **Coordonatorul științific**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	4x14=56	8

II. Conținutul disciplinei: Programarea susținerii evaluărilor inițiale și finale. Strângerea, înregistrarea și prelucrarea datelor. Analiza și interpretarea datelor. Elaborarea textului părții practice aplicative.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verificarea documentelor.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Forma de evaluare	Criterii de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare finală: Colocviu - oral	Prezentarea portofoliului cu documentația acumulată. Răspunsuri la întrebări legate de cazuistica studiată.	50%
Evaluare pe parcurs la activitatea de practică	Culegerea datelor (30%) Prelucrarea și analiza părții aplicative (20%)	50%

V. Bibliografie

2. Ababei, R., 2006, *Metodologia cercetării în domeniul activităților corporale*, Ed. Pim, Iași
3. Ababei, R., 2006, *Măsurare și evaluare în domeniul activităților corporale*, Ed. Alma Mater, Bacău
4. Epuran, M., 2003, *Metodologia cercetării activităților corporale*, FEST, Suceava
5. Dragnea, A., Tudor, V., 2000, *Măsurarea și evaluarea în activitatea de educație fizică și sport*, Ed. Didactică și pedagogică R.A., București
6. * * *, 2010, *Ghid metodologic privind elaborarea și prezentarea lucrării de licență și disertație*, R-10.05.12, FȘMSS, Bacău.

1.2. Programul de studii PERFORMANȚĂ SPORTIVĂ, Cod 60.10.10

Domeniul de master: Știința sportului și Educației fizice

Forma de învățământ: Învățământ cu frecvență

1.2.1. STRUCTURĂ

ANUL I

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie	UB05PS101S	DI	7	E	1
2.	Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie	UB05PS102S	DI	7	E	1
3.	Concepte moderne în educație fizică și sport	UB05PS103S	DI	4	C	1
4.	Marketing și impresariat sportiv	UB05PS104A	DI	4	C	1
5.	DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I	UB05PS105A	DO	8	E	1
6.	Modelare în educație fizică și sport de performanță	UB05PS201S	DI	7	E	2
7.	DO2	UB05PS202S	DO	4	C	2
8.	Constante fiziologice în efortul fizic dirijat	UB05PS203A	DI	6	E	2
9.	Dirijarea științifică a antrenamentului sportiv	UB05PS204A	DI	5	E	2
10.	DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II	UB05PS205A	DO	8	E	2

Nr crt	DO	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Atletism	UB05PS105A1
2		Gimnastică	UB05PS105A2
3		Baschet	UB05PS105A3
4		Handbal	UB05PS105A4
5		Volei	UB05PS105A5
6		Sporturi nautice (caiac-canoe, canotaj)	UB05PS105A6
7		Natație	UB05PS105A7
8		Culturism-fitness	UB05PS105A8
9		Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)	UB05PS105A9
10	DO2	Cadru instituțional și legislație în educație fizică și sport	UB05PS202S1
11		Politici naționale în activitățile motrice de timp liber	UB05PS202S2
12	DO3	Atletism	UB05PS205A1
13		Gimnastică	UB05PS205A2
14		Baschet	UB05PS205A3
15		Handbal	UB05PS205A4
16		Volei	UB05PS205A5
17		Sporturi nautice (caiac-canoe, canotaj)	UB05PS205A6
18		Natație	UB05PS205A7
19		Culturism-fitness	UB05PS205A8
20		Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)	UB05PS205A9

EX - examen; V - Verificare; C - Colocviu

NOTĂ: Condiția de trecere în anul de studii următor este acumularea a minim 30 de credite pe anul în curs.

ANUL II

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Metodologia cercetării performanței sportive și în sănătate	UB05PS301S	DI	4	C	3
2.	Educație sportivă și olimpică	UB05PS302S	DI	5	E	3
3.	Dopingul și aportul de substanțe energogene	UB05PS303S	DI	6	C	3
4.	Adaptarea și refacerea organismului la și după efort	UB05PS304A	DI	7	E	3
5.	DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III	UB05PS305A	DO1	8	E	3
6	DO2 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV	UB05PS401A	DO	9	E	4
7	Stagiu de practică în centre de pregătire pentru copii și juniori	UB05PS402A	DI	6	C	4
8	Stagiu de practică în centre de înaltă performanță	UB05PS403A	DI	6	C	4
9	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație	UB05PS404S	DI	9	C	4

Nr crt	DO	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Atletism	UB05PS305A1
2		Gimnastică	UB05PS305A2
3		Baschet	UB05PS305A3
4		Handbal	UB05PS305A4
5		Volei	UB05PS305A5
6		Sporturi nautice (caiac-canoe, canotaj)	UB05PS305A6
7		Natație	UB05PS305A7
8		Culturism-fitness	UB05PS305A8
9		Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)	UB05PS305A9
10	DO2	Atletism	UB05PS401A1
11		Gimnastică	UB05PS401A2
12		Baschet	UB05PS401A3
13		Handbal	UB05PS401A4
14		Volei	UB05PS401A5
15		Sporturi nautice (caiac-canoe, canotaj)	UB05PS401A6
16		Natație	UB05PS401A7
17		Culturism-fitness	UB05PS401A8
18		Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)	UB05PS401A9

EX - examen; V - Verificare; C - Colocviu

NOTĂ: Condiția de trecere în anul de studii următor este acumularea a minim 30 de credite pe anul în curs.

Decan,
Prof.univ.dr. D.-N. Mârza-Dănilă

Coordonator program,
Prof.univ.dr. D.-N. Mârza-Dănilă

Director Departament,
Conf.univ.dr. B.-C.Rață

1.2.2. REZUMATELE FIȘELOR DISCIPLINELOR

Anul de studii: I

Anul universitar: 2015-2016

Disciplina: **Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Culea Cătălina-Mihaela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Compoziția organismului uman. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, antrenat (ramuri sportive.)/ neantrenat. Metabolismul intermediar - procese bioenergetice: MB, RMB. Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Calcularea indicelui alactacid. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul glucidelor (carbohidraților). Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul protidelor. Enzime: clasificare, structură și mecanism de acțiune, activitatea enzimatică în celulele organismului uman. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral. Substratul biochimic al contracției musculare. Neurochimia patologiei musculare. Biochimia structurală și dinamică a sistemului osos. Rol terapeutic în biochimia sistemului osos (rol benefic în osteoporoză); rol negativ (triada atletelor/ osteoporoza). Vitamine (2h): Implicații metabolice. Mecanism de reglare al proceselor metabolice. Implicații în efort fizic: energofore, susținătoare de efort. Anomalii în carență sau exces. Suplimente nutritive sau farmaceutice. Forme, conținut, biodisponibilitate, metabolizare. Hormoni: Implicații metabolice. Implicații în efort fizic; Anomalii în hiper sau hiposecreție. Evitare doping. Dietetica în bolile cu substrat metabolic (diabet zaharat, hiperlipoproteinemii, hiperuricemii, obezitate, denutriție. Dietetica în suferințele aparatului digestiv. Dietetica în suferințele aparatului cardiovascular; dietetica în suferințele aparatului renal. Management obezitate. Dietetica în denutriție.

Seminar: Evaluarea compoziției organismului uman antrenat. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, ramuri sportive. Metabolismul intermediar – procese bioenergetice: evaluarea MB, RMB. Evidențiere: Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul glucidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul protidelor. Enzime: Valoarea diagnostică a determinărilor de enzime: în infarctul miocardic și a complicațiilor acestuia: CK, ASAT, LDH; Modificări în bolile musculaturii; Modificări în boli ale aparatului osteotendinos. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral: Evaluare nivel apa din organism și distribuția ei în diferite compartimente; Evaluare nivel electroliții din organism și distribuția lor în diferite compartimente. Metabolism calciu: evaluare nivel. Metabolism fosfor. Evaluare nivel P; Metabolism magneziu. Evaluare nivel Mg; Metabolism fier. Evaluare nivel Fe; Metabolism cupru. Evaluare nivel Cu; Metabolism zinc. Evaluare nivel Zn. Vitamine. Evaluare nivel. Hormoni. Evaluare nivel. Statusul nutritiv. Nutriția în exercițiul fizic și sportul de performanță. Dieta. Etape de elaborare a unei diete; individualizarea dietei. Dietetica curativă. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu obezitate morbidă. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu hiperlipoproteinemie/hiperuricemie. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu suferințe cardiovasculare. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: Prelegerea, curs interactiv

Pentru seminar: conversația, dezbateră, studiu de caz, exerciții în baza unui portofoliu.

IV. Forma de evaluare: EXAMAN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei.	Examen	70%
	Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor.		
	Înțelegerea importanței studiilor de caz.		
	Capacitatea de a construi tipurile de argumente pro și contra studiate.		
Seminar	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar	Prezentare portofoliu	30%

V. Bibliografie

1. Culea, C.M., 2006, *Nutriție în sportul de performanță*, Editura Pim, Iași,
2. Culea, C.M., 2015, *Biochimie, Note de curs*, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
3. Culea, C.M., 2006, *Biochimie, Note de curs IFR*, Universitatea din Bacău
4. Culea, C.M., 2006, *Igienă și elemente de nutriționism*, Note de curs, Universitatea din Bacău
5. <http://www.mips.biochem.mpg.de/>
6. [http://www.biochem.northwestern.edu./](http://www.biochem.northwestern.edu/)
7. [http://www.biochem.stanford.edu./](http://www.biochem.stanford.edu/)
8. <http://www.biochem.wisc.edu/>

Disciplina: **Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea, Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și creativitatea. Imaginația și creativitatea. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

Seminar: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea. Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și imaginația în creativitate. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegeri însoțite de proiecții, cursuri interactive.

Pentru seminar: explicații, pe baza unor proiecții, grafice, planșe; discuții pe baza unor materiale bibliografice recomandate; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a corectitudinii unor deprinderi motrice și a nivelului de dezvoltare a calităților motrice; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a dezvoltării somatice a unor subiecți și de calculare a indicilor corespunzători.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Răspunsuri la examen	Evaluare orală	50%
Seminar	Participare activă la curs și seminar	Discuții tematice și răspunsuri la întrebări	20%
	Realizarea unui produs creator	Prezentarea produsului elaborat.	30%

V. Bibliografie

1. Rață, G., 2010, *Educarea creativității în educație fizică și sport*, Editura Alma Mater, Bacău

2. Rață, G., 2011, *Educarea creativității în educație fizică sport și kinetoterapie*, Editura Alma Mater, Bacău
3. Amabile, M.T., 1997, *Creativitatea ca mod de viață, Ghid pentru părinți și profesori*, Editura Știință și Tehnică, București.

Disciplina: **Concepte moderne în educație fizică și sport**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Galeru Ovidiu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Concepții actuale și de perspectivă privind practicarea exercițiilor fizice și sportului. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. Concepte și noțiuni noi în terminologia educației fizice și sportului. Adaptare terminologiei informatice la domeniul educației fizice și sportului. Documente și directive europene și internaționale privind educația fizică și sportul. Structuri și instituții de organizare și cercetare a educației fizice și sportului de performanță, la nivel național și internațional. Sportul - producător de valori sociale și morale.

Seminar: Concepții actuale și de perspectivă privind practicarea exercițiilor fizice și sportului. Concepte și noțiuni noi în terminologia educației fizice și sportului. Adaptare terminologiei informatice la domeniul educației fizice și sportului. Documente și directive europene și internaționale privind educația fizică și sportul. Structuri și instituții de organizare și cercetare a educației fizice și sportului de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. Sportul - producător de valori sociale și morale.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegeri, cursuri interactive. Demonstrație, exersare.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Lucrare scrisă	50%
Seminar	Gradul de participare activă la seminarii	Discuții tematice și răspunsuri la întrebări	20%
	Gradul de însușire a disciplinei	Prezentarea referatelor elaborate.	30%

V. Bibliografie

1. Dragnea, A., Bota, A. 1999, *Teoria activităților motrice*, Ed. Didactică și Pedagogică R.A., București
2. Nicu, Al., coord., 2002, *Enciclopedia educației fizice și sportului din România*, Ed. Aramis, București
3. * * * 2007, *Cartea albă a sportului*, Comisia europeană, Oficiul pentru publicații, Bruxelles
4. * * * 1978, *Carta Internațională de Educație Fizică și Sport*, Națiunile Unite pentru Educație Științifică și Cultură, Adoptată de Conferința Generală în a XX-a sesiune, Paris
5. * * * 2007, *Carta olimpică*, Comitetul Olimpic Internațional
6. * * * 1989, *Convenția europeană împotriva dopajului*, Adoptată de Comisia europeană la Strasbourg.

Disciplina: **Marketing și impresariat sportiv**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Rață Bogdan-Constantin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Marketing și impresariat sportiv - noțiuni generale. Planificarea strategică a activităților de marketing. Resursele materiale și financiare ale activităților sportive. Marketing în sport: cererea de piață, produsul, prețul, promovarea, distribuția. Publicitatea în sport. Administrarea procesului de

negociere. Activități de reprezentare a sportivilor în negocieri.

Seminar: Evaluarea mediului în care sunt luate deciziile de marketing. Analiza pieței sportului, identificarea diferențelor între destinația și piața sportivă. Analiza resurselor informaționale cu rol de publicitate în domeniul sportului. Jocuri de rol în impresarii sportive.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegeri, conversația, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	60%
Seminar	Elaborarea unui referat tematic	Verificarea referatului	40%

V. Bibliografie

1. Kotler, P., 2003, *Despre marketing*, Editura „Curier marketing”, București
2. Mihăilescu, N., 2006, *Management, marketing, legislație în activitatea sportivă*, Editura Universității din Pitești
3. Sasu, C., 1995, *Marketing*, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
4. Voicu, A., V., 2010, *Elemente de Legislație, Management și Marketing în legătură cu organizațiile sportive și activitățile acestora*, Suport de curs, FEFS, Cluj Napoca.

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I - Atletism**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni generale specifice regulamentelor F.R.A., Conceptele fundamentale ale probelor din atletism, Calendarul competițional în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Factori care condiționează performanța sportivă în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Tehnica, metodică și regulamentul probelor de obstacole (1500 m obst. 2000m obst. 3000m obst). Tehnica, metodică și regulamentul săriturii cu prăjina. Tehnica, metodică și regulamentul aruncării discului. Tehnica, metodică și regulamentul heptatlonului și decatlonului.

Lucrări practice: Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii probelor de obstacole (1500 m obst. 2000m obst. 3000m obst). Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii săriturii cu prăjina. Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii aruncării discului. Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii probelor de heptatlonului și decatlonului.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	10%
Lucrări practice	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
	Participarea activă la lucrări practice	Evaluarea produselor cerute - microciclu	10%
	Prezentarea unui plan de pregătire pentru un mezociclu.	Evaluarea capacității de creație	30%

V. Bibliografie

1. Ababei, C., 2007, *Atletism peste veacuri*, Editura Alma Mater, Bacău
2. Alexe, D.I., 2007, *Atletism. Îndrumar practico-metodic*, Editura Pim, Iași
3. Alexe, D.I., 2013, *Echilibrul la pubertate - Relația dominantă emisferică-performanță*, Editura Performantica, Iași
4. Dragnea, A., Bota, A., 1999, *Teoria activităților motrice*, Editura DP, R.A, București
5. Rață, G., Ababei, C., 2003, *Predarea atletismului în școală*, Editura Alma Mater, Bacău

6. Rață, G., 2002, *Atletism - tehnică, metodică și regulament*, Editura Alma Mater, Bacău
7. Rață, G., Rață, B.-C., 2006, *Aptitudinile în activitatea motrică*, Editura EduSoft, Bacău
8. *** *Regulamentul și calendarul Federației Române de Atletism*.

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I - Gimnastică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28		2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Selecția la categoria juniorilor I în gimnastica artistică; Concursurile de gimnastică artistică, organizare și desfășurare la juniori I; Arbitrajul în gimnastica artistică la categoria juniori I; Factorii procesului de antrenament în gimnastica artistică la juniori I; Pregătirea psihologică în gimnastica artistică în perioada pregătitoare la juniori I; Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la sărituri și paralele; Realizarea unei traduceri privind tematica propusă, Întocmirea de referate cu tematică aleasă.

Lecții practice: Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la sărituri; Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la paralele; Aplicarea unor noțiuni de arbitraj din gimnastica artistică la categoria juniori I la sărituri și paralele; Pregătirea fizică specifică juniori I în perioada precompetițională de pregătire; Pregătirea tactică în procesul de pregătire în gimnastica artistică la juniori I în perioada precompetițională.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz.

Pentru lucrări practice: conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, observația, studiu de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Cunoașterea terminologiei specific gimnasticii artistice Capacitatea de a elabora combinații și legări tehnice Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Lucrări practice	Participarea activă și efectivă la lucrări practice Capacitatea de a utiliza corect tehnicile de bază și terminologia gimnasticii artistice	Evaluarea cantității și calității intervențiilor și execuțiilor practice.	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării elementelor specifice probelor din gimnastica artistică, Capacitatea de a construi combinații și legări de elemente Capacitatea de a corecta execuțiile incorecte și de a organiza antrenamentul sportiv	Evaluarea activității de generalizare a predării metodicii mijloacelor gimnasticii artistice	20%
	Prezentarea unei teme pe baza de referat și a caietului disciplinei Capacitatea de conduce părți ale lecției de antrenament cu elemente de noutate și originalitate	Evaluarea calității și creativității mijloacelor gimnasticii artistice	20%

V. Bibliografie

1. Bibire, M., Dumitru, R., 2001, *Paralele inegale, modernizarea antrenamentului*, Ed. Media, Bacău
2. Bompa. T., 2002, *Teoria și metodologia antrenamentului, periodizarea*, Ed. Ex. Ponto, Constanța
3. Covacs. N., 1976, *Săriturile în gimnastică*, Ed. Sport-Turism, București
4. Dragnea. A., 1996, *Antrenamentul sportiv*, Ed. Didactică și pedagogică, București
5. Grigore. V., 1998, *Gimnastica de performanță - Noțiuni introductive*, Ed. Inedit, București
6. Tudusciuc, I., 2001, *Gimnastica artistică sportivă*, Ed. Fundației România de mâine, București
7. * * *, 2005, *Codul de punctaj*, FIG.

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I - Handbal**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Planificarea și conducerea antrenamentului în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Teoria și metodologia selecției în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Sisteme și metode de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor III. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la handbaliștii juniori III. Conducerea echipei de handbal în jocuri și competiții oficiale la aceste nivele de performanță.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a apărării pentru fiecare post în parte. Perfecționarea fazelor de atac. Perfecționarea fazelor de apărare. Perfecționarea sistemelor de apărare. Perfecționarea relației atac-apărare, particularizată pe faze de joc.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	60%
Lucrări practice	Evaluare practică cu elaborarea unui referat (plan antrenament microciclu)	Verificarea referatului Verificare practică	40%

V. Bibliografie

- Alexandru, E., 2010, *Pregătire specializată într-o ramură sportivă: handbal*, Curs studii de masterat, Editura Alma Mater, Bacău
- Alexandru, E., Budevici, A., 2003, *Handbal - pentru copii și juniori (Teorie și metodică)*, Editura Valinex, Chișinău
- * * *, *Statutul Federației Române de Handbal/Regulamentul de organizare și desfășurare a activităților handbalistice*, FRF, <http://www.frh.ro/>

Disciplina: **DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I - Natație**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Șalgău Silviu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Apariție - istoric, evoluția înotului și regulamentului, Organizare internațională – națională. Competiții internaționale: seniori, juniori. Competiții interne: seniori, juniori, copii. Regulamente specifice disciplinei înot și de competiții. Cunoștințe de specialitate. Filozofia înotului, Elementele (noțiunile) de bază și caracteristicile înotului, Caracteristicile specifice înotului, Înotul ca sistem competițional, Elemente fundamentale ale tehnicii înotului, Tehnica procedeelor sportive de înot.

Lucrări practice: Învățarea tehnici procedeelor sportive de înot (procedeul de înot craul, procedeul de înot spate, procedeul de înot bras, procedeul de înot delfin, starturi și înotarceri).

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, exersarea, exercițiu

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea/ învățării tehnicii procedeelor de înot	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Galeru, O., 2008, *Natație. Teorie și practică*, Ed. Pim, Iași
2. Galeru, O., 2014, *Mijloace de evaluare a tehnicii în înotul sportiv*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Șalgău, S., Galeru O. 1999, *Natație: Curs*. Universitatea din Bacău,
4. Șalgău, S., Marinescu, Gh., 2005, *Adaptarea efortului și programarea la înotători*, Ed. Tehnopress, Iași
5. Șalgău, S., 2007, *Natație. Îndrumar tehnico – metodic*, Ed. Pim, Iași
6. Șalgău, S., 2005, *Înot. Curs specializare*, Ed. Pim, Iași.

Disciplina: **DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I – Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Planificarea și conducerea antrenamentului în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Sisteme și metode de pregătire în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort în schi alpin / sanie / schi sărituri la nivelul juniorilor III. Teoria și metodologia selecției în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor III. Conducerea echipei de schi alpin / sanie / schi sărituri în competiții oficiale la acest nivel de performanță.

Lucrări practice: Teste și probe specifice de selecție în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță de performanță la nivelul juniorilor III. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice la nivelul juniorilor III care practică schiul alpin / sania / schi sărituri de performanță. Învățarea elementelor tehnico-tactice specifice juniorilor III care practică schiul alpin / sania / schi sărituri de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), PowerPoint. Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Subiecte din tematica cursului	Examen scris	70%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat	Evaluarea referatului prin notă	30%

V. Bibliografie

1. Balint, Ghe., 2003, *Caracteristici ale echipamentului competițional de schi alpin*, Revista Gymnasium nr. 5, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea din Bacău
2. Balint, Ghe., 2005, *Bazele teoretice și metodice ale predării schiului*, Editura Tehnopress, Iași,
3. Balint, Ghe., Gaspar, P., 2008, *Antrenamentul specific pentru pregătirea fizică pe uscat a schiorilor alpini*, Editura Pim, Iași
4. Balint, L., Grosz, W.-R., Gaspar, P., 2009, *ABC-ul în schi sărituri: teoria și metodică instruirii de bază*, Editura Universității Transilvania din Brașov
5. <http://www.frschibiatlon.ro/>
6. <http://www.bobsanie.ro/>

Disciplina: **DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I - Volei**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Volei - disciplină sportivă: Apariție - istoric, evoluția jocului și regulamentului. Organizare internațională - națională. Competiții internaționale: seniori(e), juniori(e). Competiții interne: seniori(e), juniori(e), copii. Forme de joc, regulamente de joc și de competiții. Cunoștințe de specialitate. Filozofia jocului: Elementele (noțiunile) de bază și caracteristicile jocului de volei. Volei ca sistem cibernetic (ierarhizat). Model și modelare în voleiul de performanță. Modelul selecției în voleiul de performanță.

Lucrări practice: Învățarea jocului 1x1 pe teren redus și variante. Învățarea jocului 2x2 pe teren redus și variante. Învățarea jocului 3x3 pe teren redus și variante. Învățarea jocului 4x4 pe teren redus și variante.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, exersarea, exercițiu

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea / învățarea jocului de volei	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Ghenadi, V., 1984, *Volei-modelarea instruirii copiilor și juniorilor*, Editura Sport-turism, București
2. Ghenadi, V., și colab., 1995, *Volei opțional - Note de curs*, FEFS, Universitatea din Bacău
3. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1995, *Volei. Obiectivizarea instruirii*, Editura Plumb, Bacău
4. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1994, *Model și modelare în voleiul de mare performanță*, Editura Plumb, Bacău.

Disciplina: **Modelare în educație fizică și sport de performanță**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Definirea conceptelor de model - modelare. Tipuri. Clasificare. Modelarea educației fizice și sportului - Axiome. Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național. Educația fizică și sportul de performanță - sistem cibernetic (ierarhizat). Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță.

Lucrări practice: Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național. Educația

fizică și sportul de performanță – sistem cibernetic (ierarhizat). Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), prezentări PowerPoint;
Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru seminar).

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Examen scris	65%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat tematic	Notarea prezentării și conținutului referatului	35%

1. Referat. Elaborarea unui referat (pe suport magnetic și hârtie) care trebuie să conțină un model de pregătire pentru activități specifice educației fizice.

2. Evaluarea examenului scris din materia teoretică predată la curs: Examenul scris va cuprinde 3 (trei) întrebări din materia teoretică predată la curs; Notarea studentului se va efectua după un barem de corectare care va fi afișat după susținerea examenului scris.

V. Bibliografie

- Alexandru, E., 2005, *Principii ale modelării antrenamentului în handbal-juniori I*, Editura Tehnopress, Iași
- Balint, Gh., 2015, *Modelare în educație fizică și sport de performanță*. Curs pentru studenți, Bacău
- Dobrescu, T., 2005, *Modelarea în gimnastica aerobică de performanță*, Editura Tehnopress, Iași
- Ghenadi, V., Grapă, F., Balint, Gh., 2002, *Educație Fizică și Sport - Fenomen Social. Abordare axiomatică.*, Editura Alma Mater, Bacău
- Ghenadi, V., Grapă, F., Mârza, D., 1994, *Model și modelare în voleiul de performanță*, Editura Plumb, Bacău.

Disciplina: **DO2 - Cadru instituțional și legislație în educație fizică și sport**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Lupu Gabriel-Stănică**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni fundamentale de drept. Educația fizică componentă a educației generale. Sportul fenomen social: coordonate, componente, elemente legislative. Istoricul legislației în domeniul activităților fizice curriculare și extracurriculare. Legislația actuală a formelor de organizare a domeniului activităților fizice și sportive de performanță. Legislația actuală a formelor de organizare a domeniului activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber. Baza legislativă în domeniul activității fizice și sportului.

Seminar: Analiza asupra normelor fundamentale, principiilor în drept, instituții și organisme legislative. Informații cu privire la modificări ale legislației în domeniul activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber. Acte legislative ce contribuie la susținerea activității sportive de performanță și sportului pentru toți. Analiza codurilor etice și deontologice ale disciplinei și asociate disciplinei. Analiza asupra domeniului activităților fizice și sportive din punct de vedere al funcționării în cadru legislativ.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, comunicarea, discuții interactive.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea noțiunilor teoretice	Examinare orală	50%
Seminar	Participare activă la seminar Prezentare unui referat din tematica indicată în fața grupei	Notarea răspunsurilor la întrebări și a referatului	10% 40%

V. Bibliografie

1. ANAD, <http://www.anad.gov.ro/legislatie.php>
2. COSR, <http://www.cor.ro/legislatie.php>
3. M.O., *Legi și hotărâri de guvern specifice domeniului EFS*, <http://www.monitoruloficial.ro/>
4. <http://www.gov-sport.ro/legislatie.php>
5. <http://www.edu.ro/>

Disciplina: **DO2 - Politici naționale în activitățile motrice de timp liber**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Lupu Gabriel-Stănică**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Politici naționale și europene pentru activități motrice de timp liber. Educația fizică, educația pentru timp liber, componente a educației generale. Sportul - fenomen social: coordonate, componente, elemente legislative. Valențe psiho-pedagogice și beneficii ale exercițiilor fizice practicate ca loisir. Legislația actuală a formele de organizare a domeniului activităților fizice curriculare, extracurriculare și de timp liber - Legea Tinerilor nr. 350 din 21/07/2006. Sport, Sănătate și Recreere - Obiective specifice și direcții de acțiune. Implicații psiho-sociale și motrice ale practicării activității motrice în sistemul educațional românesc.

Seminar: Metode de evaluare a sănătății. Evaluare motrică și expresivitate corporală. Modelare corporală prin activități fitness. Repere privind conceperea programelor de activități motrice de timp liber. Aplicații și programe pentru grupe diferite de vârstă și nivel de pregătire și începători, mediu, avansați. Programe pentru combaterea obezității și corectarea atitudinilor vicioase. Modelare corporală prin activități fitness. Analiza domeniului activităților fizice și sportive din punct de vedere al funcționării în cadru legislativ.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea interactivă, explicația, comunicarea.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea noțiunilor teoretice	Examinare orală	50%
Seminar	Participare activă la seminare Elaborarea unui referat din tematica indicată	Discuții și răspunsuri la întrebări Prezentarea referatului în fața grupei	10% 40%

V. Bibliografie

1. Bota, A., 2006, *Exerciții fizice pentru o viață activă, Activități motrice pentru timp liber*, Ed. Cartea Universitară, București
2. Bocu, T., 2007, *Activitatea fizică în viața omului contemporan*, Ed. Casa cărții de știință, Cluj-Napoca
3. Georgescu, F., 1976, *Cultura fizică-fenomen social*, Ed. Sport-turism, București
4. <http://www.gov-sport.ro/legislatie.php>
5. <http://www.edu.ro/>

Disciplina: **Constanțe fiziologice în efortul fizic dirijat**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Acsinte Alexandru**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	2x14=28	-	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Surse energetice în efort. Funcția respiratorie - aspecte generale. Funcția circulatorie -

considerente generale. Performanța sportivă - particularități fiziologice. Modalități de evaluare a capacității de performanță. Modificări ale sângelui în efort.

Seminar: Metode de determinare a dinamicii parametrilor respiratori în efort. Metode și dispozitive folosite în determinarea parametrilor echilibrului acido-bazic în condiții de antrenament sportiv. Funcția circulatorie, explorarea cardiovasculară, dinamica parametrilor circulatori specifică sportului de performanță. Modalități de evaluare a capacității de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, expunerea, conversația însoțite de aparatura corespunzătoare (calculator, video proiector, televizor). Explicația, demonstrația.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluare cunoștințe teoretice	Test scris	50%
Seminar	Prezență 100% Probe tehnice: Parcurgerea unui traseu tehnic specific	Verificare pe parcurs	50%

V. Bibliografie

1. Acsinte, A., 2000, *Handbal, Noțiuni generale de fiziologie a handbalului de performanță*, Ed. Media TM, Bacău
2. Acsinte, A., 2003, *Particularități psihofiziologice ale handbalului de performanță*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Acsinte, A., 2007, *Dinamica unor parametric fiziologici și biochimici în sportul de performanță*, Ed. Performantica, Iași
4. Alexandru, E., 2007, *Educarea și dezvoltarea capacităților psihomotrice*, Vol II, Ed. Pim, Iași.

Disciplina: **Dirijarea științifică a antrenamentului sportiv**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	1x14=14	-	-	5

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Antrenamentul sportiv - concepte moderne. Direcții de dezvoltare ale antrenamentului sportiv contemporan. Efortul și oboseala principali indicatori ai antrenamentului sportiv modern. Capacitatea de performanță. Antrenamentul sportiv ca proces de adaptare. Forma sportivă ca stare superioară de adaptare. Modelarea ca principală metodă de dirijare științifică a antrenamentului sportiv modern.

Seminar: Antrenamentul sportiv - concepte moderne. Direcții de dezvoltare ale antrenamentului sportiv contemporan. Efortul și oboseala principali indicatori ai antrenamentului sportiv modern. Capacitatea de performanță. Antrenamentul sportiv ca proces de adaptare. Forma sportivă ca stare superioară de adaptare. Modelarea ca principală metodă de dirijare științifică a antrenamentului sportiv modern.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor antrenamentului sportiv de performanță	Examen	50%
	Utilizarea metodelor antrenamentului sportiv de performanță în vederea dirijării științifice a acestuia		
	Explicarea mecanismelor de producere a compensației și supracompensației		
	Înșușirea problematicei tratate la curs și seminar;		
Seminar	Capacitatea de a proiecta un plan de antrenament pentru sportul de perform.	Referat	20%
	Capacitatea de a opera cu indicatorii calitativi și cantitativi ai antrenamentului sportiv de performanță și înaltă performanță	Lucrare	30%

V. Bibliografie

1. Ababei, R., 2006, *Teoria antrenamentului sportiv vol I și II*, Editura Pim Iași
2. Cratty, J., 1991, *Teaching motor skill*, Human Kinetics, New York
3. Manno, R., 1994, *Teoria antrenamentului sportiv*, Editura CCPS, București
4. Nicu, A., 1993, *Antrenamentul sportiv modern*, Editura Editis București
5. Schmidt, A., 1996, *Motor learning and performance*, Human Kinetics, New York.

Disciplina: **DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II - Atletism**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni generale specifice regulamentelor F.R.A. Conceptele fundamentale ale probelor din atletism, Teoria și metodologia selecției în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Factori care condiționează performanța sportivă în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Planificarea și conducerea antrenamentului în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Caracteristici ale dinamicii efortului la atleții juniori I. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la atleții juniori I. Conducerea și dirijarea și monitorizarea atletului în competițiile oficiale.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de viteză. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de obstacole, Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de sărituri, Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de viteză de aruncări, Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de ștafetă, Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de alergări pe teren variat, Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnice din probele de marș.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de evaluare	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	10%
Lucrări practice	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
	Participarea activă la seminar	Evaluarea produselor cerute - microciclu	10%
	Prezentarea unui plan de pregătire pentru un mezociclu.	Evaluarea capacității de creație	30%

V. Bibliografie

1. Alexe, D., I., 2007, *Atletism. Îndrumar practico-metodic*, Editura Pim, Iași
2. Alexe, D., I., 2013, *Echilibrul la pubertate - Relația dominanța emisferică-performanță*, Editura Performantica, Iași
3. Ababei, C., 2007, *Atletism peste veacuri*, Editura Alma Mater, Bacău
4. Dragnea A, Bota, A., 1999, *Teoria activităților motrice* Editura DP, R-A, București
5. Rață, G., Ababei, C., 2003, *Predarea atletismului în școală*, Editura Alma Mater, Bacău
6. Rață, G., 2002, *Atletism - tehnică, metodică și regulament*, Editura Alma Mater, Bacău
7. Rață, G., Rață, B.-C., 2006, *Aptitudinile în activitatea motrică*, Editura EduSoft, Bacău
8. *** *Regulamentul și calendarul Federației Române de Atletism*.

Disciplina: **DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II - Gimnastică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28		2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Pregătirea psihologică de concurs în gimnastica artistică la categoria juniori I. Pregătirea tactică specifică concursurilor pentru categoria juniori I. Prevederile codului de punctaj în gimnastica artistică la categoria juniori I. Pregătirea fizică în procesul de antrenament în gimnastica artistică la juniori I în perioada competițională de pregătire. Pregătirea artistică și acompaniamentul muzical la categoria juniorilor I. Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la bârnă și sol. Realizarea unei traduceri privind tematica propusă. Întocmirea de referate cu temă.

Lecții practice: Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la bârnă. Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la juniori I la sol. Aplicarea unor noțiuni de arbitraj din gimnastica artistică la categoria juniori I la bârnă și sol. Pregătirea fizică specifică juniorilor I în perioada competițională de pregătire. Pregătirea tactică în procesul de pregătire în gimnastica artistică la juniori I în perioada competițională.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz.

Pentru lucrări practice: conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, observația, studiu de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Cunoașterea terminologiei specific gimnasticii artistice Capacitatea de a elabora combinații și legări tehnice Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Lucrări practice	Participarea activă și efectivă la lucrări practice Capacitatea de a utiliza corect tehnicile de bază și terminologia	Evaluarea cantității și calității execuțiilor	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării elementelor specifice probelor din gimnastica artistică, Capacitatea de a construi combinații și legări tehnice Capacitatea de a corecta și organiza antrenamentul sportiv	Evaluarea activității de generalizare a predării metodicii mijloacelor gimnasticii artistice	20%
	Prezentarea unei teme pe bază de referat și a caietului Capacitatea de conduce părți ale lecției de antrenament cu elemente de noutate și originalitate	Evaluarea calității și creativității mijloacelor gimnasticii artistice	20%

V. Bibliografie

1. Bompa, T., 2002, *Teoria și metodologia antrenamentului, periodizarea*, Ed. Ex. Ponto, Constanța
2. Dragnea, A., 1996, *Antrenamentul sportiv*, Ed. Didactică și pedagogică, București
3. Grigore, V., 1998, *Gimnastica de performanță - Noțiuni introductive*, Ed. Inedit, București
4. Renciu, C., Renciu, S., 1997, *Pregătirea artistică și acrobatică la bârnă*, Luxemburg
5. Tudusciuc, I., 2001, *Gimnastica artistică sportivă*, Ed. Fundației România de mâine, București
6. * * *, 2005, *Codul de punctaj*, FIG.

Disciplina: **DO3- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II - Handbal**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Planificarea și conducerea antrenamentului în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Teoria și metodologia selecției în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Sisteme și metode de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor II. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la handbaliștii juniori II. Conducerea echipei de handbal în jocuri și competiții oficiale la aceste nivele de performanță.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a apărării pentru fiecare post în parte. Perfecționarea fazelor de atac. Perfecționarea fazelor de apărare. Perfecționarea sistemelor de apărare. Perfecționarea relației atac-apărare, particularizată pe faze de joc.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	50%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat (plan antrenament microciclu) Evaluare practică	Verificarea referatului Verificare practică	15% 35%

V. Bibliografie

- Alexandru, E., 2010, *Pregătire specializată într-o ramură sportivă: handbal*, Curs studii de masterat, Editura Alma Mater, Bacău
- Alexandru, E., Budevici, A., 2003, *Handbal - pentru copii și juniori (Teorie și metodică)*, Editura Valinex, Chișinău
- * * *, *Statutul Federației Române de Handbal/Regulamentul de organizare și desfășurare a activităților handbalistice, FRF*, <http://www.frh.ro/>

Disciplina: **DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II – Natație**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Șalgău Silviu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Metodica învățării și consolidării tehnicii în procedeele de înot, având în vedere coordonarea mișcărilor brațe-picioare și reglarea respirației specifice fiecărui procedeu.

Lucrări practice: Consolidarea procedeelelor crawl, bras, spate, delfin prin exerciții specifice fiecărui procedeu în parte. Consolidarea starturilor și înotarilor prin exerciții specifice fiecărui procedeu.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegeri, exerciții și aplicații practice

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Consolidarea tehnicii procedeelor de înot, staruri și întoarceri	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Galeru, O., 2008, *Natație – Teorie și practică*, Ed. Pim Iași
2. Galeru, O., 2014, *Mijloace de evaluare a tehnicii în înotul sportiv*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Șalgău, S., Galeru O. 1999, *Natație: Curs*. Universitatea din Bacău
4. Șalgău, S., Marinescu, Gh., 2005, *Adaptarea efortului și programarea la înotători*, Tehnopress, Iași
5. Șalgău, S., 2007, *Natație - Îndrumar tehnico - metodic*, Ed. Pim Iași
6. Șalgău, S., 2005, *Înot – Curs specializare*, Ed. Pim Iași.

Disciplina: **DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II - sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Planificarea și conducerea antrenamentului în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Sisteme și metode de pregătire în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort în schi alpin / sanie / schi sărituri la nivelul juniorilor II. Teoria și metodologia selecției în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță la nivelul juniorilor II. Conducerea echipei de schi alpin / sanie / schi sărituri în competiții oficiale la acest nivel de performanță.

Lucrări practice: Teste și probe specifice de selecție în schi alpin / sanie / schi sărituri de performanță de performanță la nivelul juniorilor II. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice la nivelul juniorilor II care practică schiul alpin / sania / schi sărituri de performanță. Învățarea elementelor tehnico-tactice specifice juniorilor II care practică schiul alpin / sania / schi sărituri de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), PowerPoint. Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Subiecte din tematica cursului	Examen scris	70%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat	Evaluarea prin notă	30%

V. Bibliografie

1. Balint, Ghe., 2003, *Caracteristici ale echipamentului competițional de schi alpin*, Revista Gymnasium nr.5, pag. 113-118, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea din Bacău
2. Balint, Ghe., 2005, *Bazele teoretice și metodice ale predării schiului*, Editura Tehnopress, Iași
3. Balint, Ghe., Gaspar, P., 2008, *Antrenamentul specific pentru pregătirea fizică pe uscat a schiorilor alpini*, Editura Pim, Iași
4. Balint, L., Grosz, W.-R., Gaspar, P., 2009, *ABC-ul în schi sărituri: teoria și metodica instruirii de bază*, Editura Universității „Transilvania” din Brașov
5. <http://www.frschibiatlon.ro/>
6. <http://www.bobsanie.ro/>

Disciplina: **DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II - Volei**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Cunoașterea jocului competițional de volei. Cunoașterea jocului competițional de volei. Modelul acțiunilor de joc și analiza biomecanică a execuțiilor. Tehnologia cunoașterii jocului competițional.

Lucrări practice: Realizare modelului de joc la grupele de avansați (juniori III), 13-14 ani. Realizare modelului de joc la grupele de avansați (juniori II), 15-16 ani.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegeri, exerciții

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea învățării jocului de volei	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Ghenadi, V., 1984, *Volei-modelarea instruirii copiilor și juniorilor*, Editura Sport - Turism, București
2. Ghenadi, V. și colab., 1995, *Volei opțional - Note de curs*, FEFS, Universitatea din Bacău
3. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1995, *Volei. Obiectivizarea instruirii*, Editura Plumb, Bacău
4. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1994, *Model și modelare în voleiul de mare performanță*. Editura Plumb, Bacău.

Anul de studii: **II**

Anul universitar: **2015-2016**

Disciplina: **Metodologia cercetării în performanța sportivă și sănătate**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

Seminar: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar

IV. Forma și criteriile de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor cercetarea în activitățile de educație fizică și sport	Examen	50%

	Utilizarea metodelor proprii științelor înrudite pentru prelucrarea și interpretarea rezultatelor		
	Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului		
	Înșușirea problematicei tratate la curs și seminar		
Seminar	Capacitatea de a elabora și susține o lucrare de cercetare	Referat	20%
	Capacitatea de a redacta o lucrare	Lucrare	30%

V. Bibliografie

1. Ababei, R., 2006, *Metodologia cercetării în domeniul activităților corporale*, Editura Pim, Iași
2. Epuran, M., 2003, *Metodologia cercetării activităților corporale*, Editura FEST, București
3. Dragnea, A., Tudor, V., 2000, *Măsurarea și evaluarea în activitatea de educație fizică și sport*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București
4. Thomas, J., R., Nelson, J., K., 1996, *Metodologia cercetării în activitatea fizică*, Ed. CCPS, București.

Disciplina: **Educație sportivă și olimpică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	5

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Pierre de Coubertin și restaurarea jocurilor. Principiile olimpismului modern. Simbolistica Jocurilor Olimpice moderne. Evoluția Jocurilor Olimpice. Valoarea morală a ideilor olimpismului. Cauze ale crizei actuale ale olimpismului. România la Jocurile Olimpice - Modele de mari campioni.

Seminar: Pierre de Coubertin și restaurarea jocurilor. Principiile olimpismului modern. Simbolistica Jocurilor Olimpice moderne. Evoluția Jocurilor Olimpice. Valoarea morală a ideilor olimpismului. Cauze ale crizei actuale ale olimpismului. România la Jocurile Olimpice - Modele de mari campioni.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, fundamentale ale olimpismului	Examen	50%
	Utilizarea mijloacelor educației olimpice în vederea implementării în activitatea socială		
	Explicarea importanței valorilor olimpice		
	Înșușirea problematicei tratate la curs și seminar		
Seminar	Capacitatea de a proiecta un program de educație olimpică	Referat	25%
	Capacitatea de a crea și a transmite programe de educație olimpică	Lucrare scrisă	25%

V. Bibliografie

1. Ababei, C., 2000, *Istoria educației fizice și sportului*, curs ID, Universitatea din Bacău
2. Ababei, C., Ababei, R., 2003, *Repere ale istorice în evoluția exercițiului fizic*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Ababei, R., 2006, *Educație olimpică*, Ed. Alma Mater, Bacău
4. Bănciulescu, V., *Jocurile Olimpice de-a lungul veacurilor*, Ed. UCFS, București
5. Matei, I., 1980, *Ramul de măsline al Olimpicii*, Ed. Stadion, București.

Disciplina: **Dopingul și aportul de substanțe energogene**

Titular disciplină: **Lector univ. dr. Ochiană Nicolae**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	2x14=28	-	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Istoricul apariției luptei anti-doping în sport și a organismelor internaționale și naționale responsabile de aceasta; Prezentarea WADA (World Anti-Doping Agency) și Agenției Naționale Anti-Doping. Legea nr. 227/2006 din 07/06/2006 privind prevenirea și combaterea dopajului în sport, Publicat în Monitorul Oficial, Partea I nr. 518 din 15/06/2006. Convenția Internațională împotriva Dopajului în Sport. Codul Mondial Anti-Doping. Standardul internațional pentru testare anti-doping. Standardul internațional pentru laboratoare anti-doping (versiunea 4.0). Substanțe și metode interzise.

Seminar: Etapele controlului antidoping. Drepturile și obligațiile sportivului pe parcursul procesului de testare anti-doping. Încălcări ale reglementărilor anti-doping și sancțiuni aplicabile sportivilor, conform Legii nr. 227/2006 privind prevenirea și combaterea dopajului în sport. Efecte adverse ale substanțelor interzise. Comisiile anti-doping. Problema dopajului în sport.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegere, expunere, discuții interactive, problematizare, demonstrații. Verbale (expunerea, povestirea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual). Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice	Examen oral	50%
Seminar	Teme de casă	Prezentarea temelor de casă	50%

V. Bibliografie

1. Vâjială, G., E., Lamor, M., 2002, *Doping - Antidoping*, Editura Fest, București
2. * * *, Agenția Națională Anti-Doping <http://www.anad.gov.ro/html/ro/publicatii.html>

Disciplina: **Adaptarea și refacerea organismului la și după efort**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Șalgău Silviu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	1x14=14	-	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni generale despre efort în activități de performanță: Caracteristicile efortului; Tipuri de efort în activități sportive; Legități fiziologice ale antrenamentului sportiv. Oboseala: Clasificarea formelor de oboseală; Manifestări ale oboselii; Simptomatologia generă a oboselii. Starea de start și oboseala. Manifestări comportamentale și vegetative ce influențează randamentul sportiv în realizarea obiectivelor de performanță. Caracteristici fiziologice ale stării de start. Tipuri de manifestare ale stării de start.

Seminar: Principiile refacerii după efort. Clasificarea mijloacelor de refacere. Mijloace de refacere corelate cu natura efortului. Eficiența refacerii, ca parte componentă a antrenamentului sportiv. Refacerea resursă în ameliorarea performanțelor sportive. Obiectivele generale ale refacerii. Procesele și sistemele pentru care se obțin efectele regenerative. Metode aplicate în vederea refacerii; Somnul și refacerea; Vitaminele și refacerea.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual.

Pentru seminar: conversația euristică, problematizarea, expunerea.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice	Examen scris – Test grilă	50%
Seminar	Participarea efectivă și activă	Dezbateri, întrebări și răspunsuri, evaluate prin notă	50%

V. Bibliografie

1. Acsinte, A., 2007, *Dinamica unor parametri fiziologici și biochimici în sportul de performanță*, Editura Performantica, Iași

2. Bota, C., 1993, *Fiziologia educației fizice și sportului*, Editura MTS, București
3. Bota, C., Predescu, B., 1997, *Fiziologie educației fizice și sportului - Ergofiziologie*, Editura Antim Ivireanu, Rm. Vâlcea
4. Drăgan, I., 1996, *Medicina sportivă aplicată*, Editura Globus, București
5. Drăgan, I., 2002, *Medicina sportivă*, Editura Medicală, București
6. Hăulică, I., 1996, *Fiziologie umană*, Editura Medicală București
7. Șalgău, S., 2007, *Adaptarea biologică a organismului la efortul dirijat*, Editura Edusoft, Bacău
8. Șalgău, S., Mârza, D., 2007, *Asistență biologică și kinetoterapie în sport*, Editura Pim, Iași.

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Atletism**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în atletismul de performanță la nivelul juniorilor I. Caracteristici ale dinamicii efortului la atleții juniori I. Tehnica, metoda și regulamentul probelor de obstacole (1500 m obst. 2000m obst. 3000m obst). Tehnica, metoda și regulamentul săriturii cu prăjina. Tehnica, metoda și regulamentul aruncării discului. Tehnica, metoda și regulamentul heptatlonului și decatlonului.

Lucrări practice: Tehnica, metoda și regulamentul probelor de obstacole (1500 m obst. 2000m obst. 3000m obst). Tehnica, metoda și regulamentul săriturii cu prăjina. Tehnica, metoda și regulamentul aruncării discului. Tehnica, metoda și regulamentul heptatlonului și decatlonului.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	10%
Seminar	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
	Participarea activă la lucrări practice	Evaluarea produselor cerute - microciclu	10%
	Prezentarea unui plan de pregătire pentru un mezociclu.	Evaluarea capacității de creație	30%

V. Bibliografie

1. Alexe, D.I., 2007, *Atletism. Îndrumar practico-metodic*, Editura Pim, Iași
2. Alexe, D.I., 2013, *Echilibrul la pubertate - Relația dominanța emisferică-performanță*, Editura Performantica, Iași
3. Ababei, C., 2007, *Atletism peste veacuri*, Editura Alma Mater, Bacău
4. Dragnea A, Bota A., 1999, *Teoria activităților motrice* Edit. DP, RA, București
5. Rață, G., Ababei, C., 2003, *Predarea atletismului în școală*, Editura Alma Mater, Bacău
6. Rață, G., 2002, *Atletism - tehnică, metodică și regulament*, Editura Alma Mater, Bacău
7. Rață, G., Rață, B.C., 2006, *Aptitudinile în activitatea motrică*, Editura EduSoft, Bacău
8. *** *Regulamentul și calendarul Federației Române de Atletism*.

Disciplina: **Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Gimnastică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28		2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Selecția la categoria seniori în gimnastica artistică. Concursurile de gimnastică artistică, organizare și desfășurare la seniori. Arbitrajul în gimnastica artistică la categoria seniori. Factorii procesului de antrenament în gimnastica artistică la seniori. Pregătirea psihologică în gimnastica artistică în perioada pregătitoare la seniori. Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la sărituri și paralele. Realizarea unei traduceri privind tematica propusă, Întocmirea de referate cu tematică aleasă.

Lecții practice: Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la sărituri. Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la paralele. Aplicarea unor noțiuni de arbitraj din gimnastica artistică la categoria seniori la sărituri și paralele. Pregătirea fizică specifică seniorilor în perioada precompetițională de pregătire. Pregătirea tactică în procesul de pregătire în gimnastica artistică la seniori în perioada precompetițională.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru cursuri: prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz.

Pentru lucrări practice: conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, observația, studiu de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Cunoașterea terminologiei specific gimnasticii artistice Capacitatea de a elabora combinații și legări tehnice Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Seminar	Participarea activă și efectivă la lucrări practice Capacitatea de a utiliza corect tehnicile de bază și terminologia gimnasticii artistice	Evaluarea cantității și calității intervențiilor și execuțiilor practice.	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării elementelor specifice probelor din gimnastica artistică Capacitatea de a construi combinații și legări tehnice Capacitatea de a corecta și organiza antrenamentul sportiv	Evaluarea activității de generalizare a predării metodicii mijloacelor gimnasticii artistice	20%
	Prezentarea unui referat cu temă și a caietului disciplinei Capacitatea de conduce părți ale lecției de antrenament cu elemente de noutate și originalitate	Evaluarea calității și creativității mijloacelor gimnasticii artistice	20%

V. Bibliografie

1. Bibire, M., Dumitru, R., 2001, *Paralele inegale, modernizarea antrenamentului*, Ed. Media, Bacău
2. Dragnea, A., 1996, *Antrenamentul sportiv*, Ed. Didactică și pedagogică, București
3. Bompă, T., 2002, *Teoria și metodologia antrenamentului, periodizarea*, Ed. Ex. Ponto, Constanța
4. Covacs, N., 1976, *Săriturile în gimnastică*, Ed. Sport-turism, București
5. Grigore, V., 1998, *Gimnastica de performanță - Noțiuni introductive*, Ed. Inedit, București
6. Vieru, N., 1997, *Manual de gimnastică sportivă*, Ed. Driada, București
7. * * *, 2012, *Codul de punctaj*, FIG.

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Handbal**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor I. Planificarea și conducerea antrenamentului în handbalul

de performanță la nivelul juniorilor I. Teoria și metodologia selecției în handbalul de performanță la nivelul juniorilor I. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor I. Sisteme și metode de pregătire în handbalul de performanță la nivelul juniorilor I. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul juniorilor I. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la handbaliștii juniori I. Conducerea echipei de handbal în jocuri și competiții oficiale la aceste nivele de performanță.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a apărării pentru fiecare post în parte. Perfecționarea fazelor de atac. Perfecționarea fazelor de apărare. Perfecționarea sistemelor de apărare. Perfecționarea relației atac-apărare, particularizată pe faze de joc.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	50%
Lucrări practice	Elaborarea unui referat (plan antrenament microciclu) Evaluare practică	Verificarea referatului Verificare practică	15% 35%

V. Bibliografie

- Alexandru, E., 2010, *Pregătire specializată într-o ramură sportivă: handbal*, Curs studii de masterat, Editura Alma Mater, Bacău
- Alexandru, E., Budevici, A., 2003, *Handbal - pentru copii și juniori (Teorie și metodică)*, Editura Valinex, Chișinău
- * * *, *Statutul Federației Române de Handbal/Regulamentul de organizare și desfășurare a activităților handbalistice, FRF*, <http://www.frh.ro/>

Disciplina: **DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Natație**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Șalgău Silviu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Planificarea și conducerea antrenamentului în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Teoria și metodologia selecției în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Sisteme și metode de pregătire în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice specifice procedeele de înot. Structurarea și eșalonarea exercițiilor în funcție de perioada de

pregătire în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Conducerea antrenamentului în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II. Exerciții de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în înotul de performanță la nivelul juniorilor I-II.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegeri, exerciții și aplicații practice

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Evaluare practică în funcție de perioada de pregătire	Probă practică	50%

V. Bibliografie

1. Galeru, O., 2008, *Natație – Teorie și practică*, Editura Pim, Iași
2. Galeru, O., 2014, *Mijloace de evaluare a tehnicii în înotul sportiv*, Editura Alma Mater, Bacău
3. Șalgău, S., Galeru O. 1999, *Natație, Curs*, Universitatea din Bacău
4. Șalgău, S., Marinescu, Gh., 2005, *Adaptarea efortului și programarea la înotători*, Editura Tehnopress, Iași
5. Șalgău, S., 2007, *Natație – Îndrumar tehnico – metodic*, Editura Pim, Iași
6. Șalgău, S., 2005, *Înot – Curs specializare*, Editura Pim, Iași.

Disciplina: **DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Planificarea și conducerea antrenamentului în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Sisteme și metode de pregătire în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort în schiul la nivelul juniorilor I. Teoria și metodologia selecției în schiul de performanță la nivelul juniorilor I. Conducerea echipei de schiul în competiții oficiale la acest nivel de performanță.

Lucrări practice: Teste și probe specifice de selecție în schiul de performanță de performanță la nivelul juniorilor I. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice la nivelul juniorilor I care practică schiul de performanță. Învățarea elementelor tehnico-tactice specifice juniorilor I care practică schiul de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verbale (*expunerea:* explicația, prelegerea; *conversația:* studiul individual), PowerPoint. Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru activitățile practice).

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Subiecte din tematica cursului	Examen scris	70%
Lucrări practice	Elaborarea a două referate (2x 15%)	Evaluarea prin notă	30%

V. Bibliografie

1. Balint, Ghe., 2003, *Caracteristici ale echipamentului competițional de schi alpin*, Revista Gymnasium nr.5, pag. 113-118, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea din Bacău
2. Balint, Ghe., 2005, *Bazele teoretice și metodice ale predării schiului*, Editura Tehnopress, Iași
3. Balint, Ghe., Gaspar, P., 2008, *Antrenamentul specific pentru pregătirea fizică pe uscat a schiorilor*

alpini, Editura Pim, Iași

4. Balint, L., Grosz, W.-R., Gaspar, P., 2009, *ABC-ul în schi sărituri: teoria și metodică instruirii de bază*, Editura Universității „Transilvania” din Brașov
5. <http://www.frschibiatlon.ro/>
6. <http://www.bobsanie.ro/>

Disciplina: **DO1- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III - Volei**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei: Modelarea jocului de volei la echipele de juniori I. Sistematizarea mijloacelor specifice pregătirii copiilor și juniorilor. Pregătirea teoretico-metodică a juniorilor I. Lecția de antrenament la echipele de juniori I. Programarea instruirii echipelor de juniori I la volei.

Lucrări practice: Realizare modelului de joc la grupele de performanță - juniori I.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegerea, repetarea practică, demonstrația mijloace video, conversația, dialogul etc.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea jocului de volei	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Ghenadi, V. 1984, *Volei-modelarea instruirii copiilor și juniorilor*, Editura Sport - Turism, București
2. Ghenadi, V. și colab. 1995, *Volei opțional - Note de curs*, FEFS, Universitatea Bacău
3. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1995, *Volei. Obiectivizarea instruirii*, Editura Plumb, Bacău
4. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1994, *Model și modelare în voleiul de mare performanță*. Editura Plumb, Bacău.

Disciplina: **DO2- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV - Atletism**

Titular disciplină: **prof. univ. dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la atleții juniori I. Conducerea și dirijarea și monitorizarea atletului în competițiile oficiale. Tehnica, metodică și regulamentul probelor de sală. Tehnica, metodică și regulamentul probelor de ștafetă. Tehnica, metodică și regulamentul alergărilor pe șosea. Tehnica, metodică și regulamentul aruncărilor lungi în sezon de iarnă.

Lucrări practice: Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii probelor de sală. Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii probelor de ștafetă. Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii alergărilor pe șosea. Învățarea, consolidarea și perfecționare tehnicii aruncărilor lungi în sezon de iarnă.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	10%
	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%

Seminar	Participarea activă la lucrări practice	Evaluarea produselor cerute - microciclu	10%
	Prezentarea unui plan de pregătire pentru un mezociclu.	Evaluarea capacității de creație	30%

V. Bibliografie

1. Alexe, D.I., 2007, *Atletism. Îndrumar practico-metodic*, Editura Pim, Iași
2. Alexe, D.I., 2013, *Echilibrul la pubertate - Relația dominanța emisferică-performanță*, Editura Performantica, Iași
3. Ababei, C., 2007, *Atletism peste veacuri*, Editura Alma Mater, Bacău
4. Dragnea A, Bota A., 1999, *Teoria activităților motrice* Edit. DP, RA, București
5. Rață, G., Ababei, C., 2003, *Predarea atletismului în școală*, Editura Alma Mater, Bacău
6. Rață, G., 2002, *Atletism - tehnică, metodică și regulament*, Editura Alma Mater, Bacău
7. Rață, G., Rață, B.C., 2006, *Aptitudinile în activitatea motrică*, Editura EduSoft, Bacău
8. *** *Regulamentul și calendarul Federației Române de Atletism*.

Disciplina: **Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV - Gimnastică**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Dobrescu Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28		2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Pregătirea psihologică de concurs în gimnastica artistică la categoria seniori; Pregătirea tactică specifică concursurilor pentru categoria seniori; Prevederile codului de punctaj în gimnastica artistică la categoria seniori; Pregătirea fizică în procesul de antrenament în gimnastica artistică la seniori în perioada competițională de pregătire; Pregătirea artistică și acompaniamentul muzical la categoria seniori; Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la bârnă și sol; Realizarea unei traduceri privind tematica propusă, Întocmirea de referate cu temă aleasă.

Lecții practice: Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la bârnă; Tehnica și metodică învățării unor elemente tehnice specifice probele de concurs la seniori la sol; Aplicarea unor noțiuni de arbitraj din gimnastica artistică la categoria seniori la bârnă și sol; Pregătirea fizică specifică seniorilor în perioada competițională de pregătire; Pregătirea tactică în procesul de pregătire în gimnastica artistică la seniori în perioada competițională.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru cursuri: prelegere, conversația euristică, demonstrația cu mijloace tehnice, studiu de caz.

Lucrări practice conversația, explicația, demonstrația, problematizarea, observația, studiu de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Participarea activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Însușirea conținutului cursului Cunoașterea terminologiei specific gimnasticii artistice Capacitatea de a elabora combinații și legări tehnice Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din curs	Test scris	50%
Lucrări practice	Participarea activă și efectivă la lucrări practice Capacitatea de a utiliza corect tehnicile de bază și terminologia gimnasticii artistice	Evaluarea cantității și calității execuțiilor practice.	5%
	Capacitatea de asimilare a cunoștințelor și însușire a metodicii predării elementelor specifice probelor din gimnastica artistică Capacitatea de a construi combinații și legări de elemente Capacitatea de a corecta și de organiza antrenamentul sportiv	Evaluarea activității de generalizare a predării metodicii mijloacelor gimnasticii artistice	20%
	Prezentarea unui referat și a caietului disciplinei	Evaluarea calității și	20%

	Capacitatea de conduce părți ale lecției de antrenament cu elemente de noutate și originalitate	creativității mijloacelor gimnasticii artistice	
--	---	---	--

V. Bibliografie

1. Dragnea, A., 1996, *Antrenamentul sportiv*, Ed. Didactică și pedagogică, București
2. Bompă, T., 2002, *Teoria și metodologia antrenamentului, periodizarea*, Ed. Ex. Ponto, Constanța
3. Renciu, C. Renciu, S., 1997, *Pregătirea artistică și acrobatică la bârnă*, Luxemburg
4. Grigore, V., 1998, *Gimnastica de performanță - Noțiuni introductive*, Ed. Inedit, București
5. Tudusciuc, I., 2001, *Gimnastica artistică sportivă*, Ed. Fundației România de mâine, București
6. Vieru, N., 1997, *Manual de gimnastică sportivă*, Ed. Driada București.
7. * * *, 2012, *Codul de punctaj*, FIG.

Disciplina: **DO2- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV - Handbal**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Planificarea și conducerea antrenamentului în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Teoria și metodologia selecției în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Sisteme și metode de pregătire în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în handbalul de performanță la nivelul seniorilor. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort la handbaliștii seniori. Conducerea echipei în jocuri și competiții oficiale la aceste nivele de performanță.

Lucrări practice: Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei I a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a II-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a III-a a apărării pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a atacului pentru fiecare post în parte. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice și dinamica elementelor tehnico-tactice componente ale fazei a IV-a a apărării pentru fiecare post în parte. Perfecționarea fazelor de atac. Perfecționarea fazelor de apărare. Perfecționarea sistemelor de apărare. Perfecționarea relației atac-apărare, particularizată pe faze de joc.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegerea, explicația, lucru în grup, individual și frontal.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	50%
Lucrări practice	Evaluare practică	Verificare practică	15%
	Elaborarea unui referat (plan antrenament microciclu)	Verificarea referatului	35%

V. Bibliografie

1. Alexandru, E., 2010, *Pregătire specializată într-o ramură sportivă: handbal*, Curs studii de masterat, Editura Alma Mater, Bacău
2. Alexandru, E., Budevici, A., 2003, *Handbal - pentru copii și juniori (Teorie și metodică)*, Editura Valinex, Chișinău.

Disciplina: **DO2 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV – Natație**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Șalgău Silviu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în înotul de performanță la nivelul seniorilor. Planificarea și conducerea antrenamentului în înotul de performanță la nivelul seniorilor. Teoria și metodologia selecției în înotul de performanță la nivelul seniorilor. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în înotul de performanță la nivelul seniorilor. Sisteme și metode de pregătire în înotul de performanță la nivelul seniorilor.

Lucrări practice: Structurarea și eșalonarea exercițiilor în funcție de perioada de pregătire în înotul de performanță la seniori. Conducerea antrenamentului în înotul de performanță la nivelul seniori. Exerciții de perfecționare a componentelor antrenamentului în înotul de performanță la seniori.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegeri, exerciții și aplicații practice

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Înșuirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Evaluare practică	Probă practică	50%

V. Bibliografie

1. Galeru, O., 2008, *Natație. Teorie și practică*, Ed. Pim Iași
2. Galeru, O., 2014, *Mijloace de evaluare a tehnicii în înotul sportiv*, Ed. Alma Mater Bacău
3. Șalgău, S., Galeru, O., 1999, *Natație. Curs*. Universitatea din Bacău
4. Șalgău, S., Marinescu, Gh., 2005, *Adaptarea efortului și programarea la înotători*, Tehnopress, Iași
5. Șalgău, S., 2007, *Natație. Îndrumar tehnico-metodic*, Ed. Pim Iași
6. Șalgău, S., 2005, *Înot. Curs specializare*, Ed. Pim Iași.

Disciplina: **DO2 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV - sporturi de iarnă (schi alpin, sanie, schi sărituri)**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Balint Gheorghe**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Factorii antrenamentului sportiv și eșalonarea acestora în funcție de perioada de pregătire în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Planificarea și conducerea antrenamentului în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Ponderea indicilor funcționali în structurarea antrenamentului sportiv în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Modele de perfecționare a componentelor antrenamentului sportiv în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Sisteme și metode de pregătire în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Principii și mijloace de refacere a organismului după efort în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Teoria și metodologia selecției în schiul de performanță la nivelul seniorilor. Conducerea echipei de schiul în competiții oficiale la acest nivel de performanță.

Lucrări practice: Teste și probe specifice de selecție în schiul de performanță de performanță la nivelul seniorilor. Dezvoltarea aptitudinilor psiho-motrice specifice la nivelul seniorilor care practică schiul de performanță. Învățarea elementelor tehnico-tactice specifice seniorilor care practică schiul de performanță.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verbale (expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual), PowerPoint. Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Subiecte din tematica cursului	Examen scris	70%
Lucrări practice	Elaborarea a două referate (2x 15%)	Evaluarea prin notă	30%

V. Bibliografie

1. Balint, Ghe., 2003, *Caracteristici ale echipamentului competițional de schi alpin*, Revista Gymnasium nr.5, pag. 113-118, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea din Bacău
2. Balint, Ghe., 2005, *Bazele teoretice și metodice ale predării schiului*, Editura Tehnopress, Iași
3. Balint, Ghe., Gaspar, P., 2008, *Antrenamentul specific pentru pregătirea fizică pe uscat a schiorilor alpini*, Editura Pim, Iași
4. Balint, L., Grosz, W.-R., Gaspar, P., 2009, *ABC-ul în schi sărituri: teoria și metodică instruirii de bază*, Editura Universității „Transilvania” din Brașov
5. <http://www.frschibiatlon.ro/>
6. <http://www.bobsanie.ro/>

Disciplina: **DO2- Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV - Volei**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Modelarea jocului de volei la echipele de seniori. Sistematizarea mijloacelor specifice pentru echipele de seniori. Pregătirea teoretico-metodică la echipele de seniori. Lecția de antrenament la echipele de seniori. Programarea instruirii echipelor de seniori la volei.

Lucrări practice: Realizare modelului de joc la echipele de seniori.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Prelegerea, repetarea practică, conversația, dialogul.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Însușirea conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Însușirea jocului de volei	Probe de control	50%

V. Bibliografie

1. Ghenadi, V., 1984, *Volei-modelarea instruirii copiilor și juniorilor*, Editura Sport-turism, București
2. Ghenadi, V. și colab., 1995, *Volei opțional - Note de curs*, FEFS, Universitatea din Bacău
3. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1995, *Volei. Obiectivizarea instruirii*, Editura Plumb, Bacău
4. Ghenadi, V., Grapă, Fl., Mârza, D., ș.a. 1994, *Model și modelare în voleiul de mare performanță*, Editura Plumb, Bacău.

Disciplina: **Stagiu de practică în centre de pregătire pentru copii și juniori**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Grapă Florin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	3x14=42	6

II. Conținutul disciplinei:

Având în vedere OM nr. 3955/09.05.2008, la această disciplină studenții vor alege singuri locația/ locațiile pentru desfășurarea stagiului de practică dintre locațiile cu care facultatea are încheiate convenții de colaborare, cu obligativitatea transmiterii titularului de disciplină, în primele două săptămâni ale semestrului de studiu, a:

- locației alese (clubului/asociației sportive etc.);
- datelor de identificare a clubului/asociației sportive, etc. aleasă;
- datelor de identificare a coordonatorului activității din locația aleasă (nr. de telefon și/sau e-mail);

Activitatea concretă a studentului pe parcursul a celor 42 de ore, constă în:

- participarea benevolă și voluntară la activitățile sportive din centrele de pregătire pentru copii și juniori alese;
- realizarea unui portofoliu de practică în care sunt trecute activitățile desfășurate și minim 4 (patru) fișe de observație a activităților specifice urmărite pentru cele două categorii: respectiv 2 fișe pentru copii și 2 fișe pentru juniori.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru activitățile practice).

IV. Forma de evaluare: Colocviu

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Elaborarea <i>Portofoliului de practică</i>	Analiza și notarea portofoliului	100%

V. Bibliografie

1. Drăgoi, C., 2004, *Teoria Competiției*, note de curs, Universitatea din Bacău
2. Opreșescu, I., 1980, *Pregătirea copiilor și juniorilor cuprinși în baza de masă a sportului de performanță la înot: pentru uzul studenților*, INEFS, București
3. Voicu, A.V., 1998, *Managementul organizațiilor și activităților sportive*, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca
4. Wille, V., 1993, *Sistemul competițional*, În *Lexiconul Științei sportului*, Berlin.

Disciplina: **Stagiu de practică în centre de înaltă performanță**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Alexandru Eftene**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	3x14=42	6

II. Conținutul disciplinei:

Având în vedere OM nr. 3955/09.05.2008, la această disciplină studenții vor alege singuri locația/locațiile pentru desfășurarea stagiului de practică dintre locațiile cu care facultatea are încheiate convenții de colaborare, cu obligativitatea transmiterii titularului de disciplină, în primele două săptămâni ale semestrului de studiu, a:

- locației alese (clubului/asociației sportive, federații sportive, centre naționale etc.);
- datelor de identificare a centrului ales;
- datelor de identificare a coordonatorului activității din locația aleasă (nr. de telefon și/sau e-mail);

Activitatea concretă a studentului pe parcursul a celor 42 de ore, constă în:

- participarea benevolă și voluntară la activitățile sportive din centrele de înaltă performanță alese;
- Realizarea unui portofoliu de practică în care sunt trecute activitățile desfășurate și minim 4 (patru) fișe de observație a activităților specifice urmărite.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru (pentru activitățile practice).

IV. Forma de evaluare: Colocviu

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Elaborarea <i>Portofoliului de practică</i>	Analiza și notarea portofoliului	100%

V. Bibliografie

1. Acsinte, A., 2007, *Jocuri și activități dinamice de timp liber*, Editura Performantica, Iași
2. Drăgoi, C., 2004, *Teoria Competiției*, note de curs, Universitatea din Bacău
3. Rață, G., 2007, *Strategii de gestionare a timpului liber. Curs pentru masteranzi*, Editura Pim, Iași
4. Voicu, A.V., 1998, *Managementul organizațiilor și activităților sportive*, Editura Risoprint, Cluj Napoca
5. Wille, V., 1993, *Sistemul competițional*. În *Lexiconul Științei sportului*, Berlin.

Disciplina: **Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație**

Titular disciplină: **Coordonatorul științific**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	-	4x14=56	8

II. Conținutul disciplinei: Programarea susținerii evaluărilor inițiale și finale. Strângerea, înregistrarea și prelucrarea datelor. Analiza și interpretarea datelor. Elaborarea textului părții practice aplicative.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: Verificarea documentelor.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Forma de evaluare	Criterii de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare finală: Colocviu - oral	Prezentarea portofoliului cu documentația acumulată. Răspunsuri la întrebări legate de cazuistica studiată.	50%
Evaluare pe parcurs la activitatea de practică	Culegerea datelor (30%) Prelucrarea și analiza părții aplicative (20%)	50%

V. Bibliografie

1. Ababei, R., 2006, *Metodologia cercetării în domeniul activităților corporale*, Ed. Pim, Iași
2. Ababei, R., 2006, *Măsurare și evaluare în domeniul activităților corporale*, Ed. Alma Mater, Bacău
3. Epuran, M., 2003, *Metodologia cercetării activităților corporale*, FEST, Suceava
4. Dragnea, A., Tudor, V., 2000, *Măsurarea și evaluarea în activitatea de educație fizică și sport*, Ed. Didactică și pedagogică R.A., București
5. * * *, 2010, *Ghid metodologic privind elaborarea și prezentarea lucrării de licență și disertație*, R-10.05.12, FȘMSS, Bacău.

1.3. Programul de studii KINETOTERAPIA ÎN EDUCAREA ȘI REEDUCAREA FUNCȚIONALĂ, Cod 60.10.10

Domeniul de master: Știința sportului și Educației fizice

Forma de învățământ: Învățământ cu frecvență

1.3.1. STRUCTURĂ

ANUL I

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie	UB05KER101S	DI	6	E	1
2.	Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie	UB05KER102S	DI	6	E	1
3.	Semiologie generală	UB05KER103S	DI	4	C	1
4.	Elemente de imagistică	UB05KER104S	DI	4	C	1
5.	Masaj antistres și recuperator	UB05KER105A	DI	10	E	1
6	Fizioterapie și electroterapie	UB05KER201S	DI	6	C	2
7	Evaluarea dezvoltării senzorio-motrice	UB05KER202A	DI	6	E	2
8	Drenaj limfatic	UB05KER203A	DI	9	E	2
9	Masaj transversal profund	UB05KER204A	DI	9	E	2

EX - examen; V - Verificare; C - Colocviu

NOTĂ: Condiția de trecere în anul de studii următor este acumularea a minim 30 de credite pe anul în curs.

ANUL II

Nr. crt.	Disciplina	Cod disciplină	Tip disciplină	Nr. credite	Forma de verificare	Semestrul
1.	Metodologia cercetării performanței sportive și în sănătate	UB05KER301S	DI	5	C	3
2.	Educarea și reeducarea psihomotricității	UB05KER302S	DI	5	E	3
3.	Terapie manuală	UB05KER303A	DI	6	E	3
4.	Tehnici de facilitare neuroproprioceptivă folosite în afecțiuni musculo-scheletale	UB05KER304A	DI	8	E	3
5.	Kinetoterapia în afecțiuni musculoscheletale	UB05KER305A	DI	6	E	3
12.	Aparatură și tehnici de ortezare	UB05KER401S	DI	7	E	4
13.	Stagiu clinic I (balneofizioterapie)	UB05KER402A	DI	7	C	4
14.	Stagiu clinic II (cardiologie, ortopedie, neurologie)	UB05KER403A	DI	8	C	4
15.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație	UB05KER404S	DI	8	C	4

EX - examen; V - Verificare; C - Colocviu

NOTĂ: Condiția de trecere în anul de studii următor este acumularea a minim 30 de credite pe anul în curs.

Decan,

Coordonator program,

Director Departament,

Prof.univ.dr. Danuț-Nicu MĂRA-DĂNILĂ

Conf.univ.dr. Gabriela Ochiană

Conf.univ.dr. Dan-Iulian Alexe

1.3.2. REZUMATELE FIȘELOR DISCIPLINELOR

Anul de studii: I

Anul universitar: 2015-2016

Disciplina: **Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Culea Cătălina**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Compoziția organismului uman. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, antrenat (ramuri sportive.) / neantrenat. Metabolismul intermediar – procese bioenergetice: MB, RMB. Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Calcularea indicelui alactacid. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul glucidelor (carbohidraților). Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul protidelor. Enzime: clasificare, structură și mecanism de acțiune, activitatea enzimatică în celulele organismului uman. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral. Substratul biochimic al contracției musculare. Neurochimia patologiei musculare. Biochimia structurală și dinamică a sistemului osos. Rol terapeutic în biochimia sistemului osos (rol benefic în osteoporoză); rol negativ (triada atletelor/ osteoporoza). Vitamine (2h): Implicații metabolice. Mecanism de reglare al proceselor metabolice. Implicații în efort fizic: energofore, susținătoare de efort. Anomalii în carență sau exces. Suplimente nutritive sau farmaceutice. Forme, conținut, biodisponibilitate, metabolizare. Hormoni: Implicații metabolice. Implicații în efort fizic; Anomalii în hiper sau hiposecreție. Evitare doping. Dietetica în bolile cu substrat metabolic (diabet zaharat, hiperlipoproteinemii, hiperuricemii, obezitate, denutriție. Dietetica în suferințele aparatului digestiv. Dietetica în suferințele aparatului cardiovascular; dietetica în suferințele aparatului renal. Management obezitate. Dietetica în denutriție.

Seminar: Evaluarea compoziției organismului uman antrenat. Diferențieri pe grupe de vârstă, sex, ramuri sportive. Metabolismul intermediar – procese bioenergetice: evaluarea MB, RMB. Evidențiere: Zone de efort. Regim de efort: aerob, anaerob. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul glucidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul lipidelor. Modificări metabolice induse de efortul fizic în metabolismul protidelor. Enzime: Valoarea diagnostică a determinărilor de enzime: în infarctul miocardic și a complicațiilor acestuia: CK, ASAT, LDH; Modificări în bolile musculaturii; Modificări în boli ale aparatului osteotendinos. Modificări metabolice induse de efortul fizic. Metabolismul hidromineral: Evaluare nivel apă din organism și distribuția ei în diferite compartimente; Evaluare nivel electroliții din organism și distribuția lor în diferite compartimente. Metabolism calciu: evaluare nivel. Metabolism fosfor. Evaluare nivel P; Metabolism magneziu. Evaluare nivel Mg; Metabolism fier. Evaluare nivel Fe; Metabolism cupru. Evaluare nivel Cu; Metabolism zinc. Evaluare nivel Zn. Vitamine. Evaluare nivel. Hormoni. Evaluare nivel. Statusul nutritiv. Nutriția în exercițiul fizic și sportul de performanță. Dieta. Etape de elaborare a unei diete; individualizarea dietei. Dietetica curativă. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu obezitate morbidă. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu hiperlipoproteinemie/hiperuricemie. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular. Evaluarea clinică și paraclinică a unui pacient cu suferințe cardiovasculare. Prezentare de caz. Evaluarea riscului cardiovascular.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: Prelegerea, curs interactiv

Pentru seminar: conversația, dezbateră, studiu de caz, exerciții în baza unui portofoliu.

IV. Forma de evaluare: EXAMAN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei.	Examen	70%
	Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor.		
	Înțelegerea importanței studiilor de caz.		
	Capacitatea de a construi tipurile de argumente pro și contra studiate.		
Seminar	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar	Prezentare portofoliu	30%

V. Bibliografie

1. Culea, C.M., 2006, *Nutriție în sportul de performanță*, Editura Pim, Iași,
2. Culea, C.M., 2015, *Biochimie, Note de curs*, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
3. Culea, C.M., 2006, *Biochimie, Note de curs IFR*, Universitatea din Bacău
4. Culea, C.M., 2006, *Igienă și elemente de nutriționism*, Note de curs, Universitatea din Bacău
5. <http://www.mips.biochem.mpg.de/>
6. <http://www.biochem.northwestern.edu./>
7. <http://www.biochem.stanford.edu./>
8. <http://www.biochem.wisc.edu/>

Disciplina: **Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie**

Titular disciplină: **Prof.univ.dr. Rață Gloria**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	1x14=14	-	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea, Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și creativitatea. Imaginația și creativitatea. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

Seminar: Conceptul de creativitate - definiție și caracteristici. Scopul, obiectivele, teorii privind creativitatea. Factorii și componentele creativității. Funcțiile și structura creativității. Inteligența și imaginația în creativitate. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind sistemele de acționare. Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie privind baza materială. Strategia învățării creative. Metodologia educării creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie. Modalități de educare a creativității de tip practic.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: prelegeri însoțite de proiecții, cursuri interactive.

Pentru seminar: explicații, pe baza unor proiecții, grafice, planșe; discuții pe baza unor materiale bibliografice recomandate; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a corectitudinii unor deprinderi motrice și a nivelului de dezvoltare a calităților motrice; activități de observare, măsurare, înregistrare (pe bază de fișe) a dezvoltării somatice a unor subiecți și de calculare a indicilor corespunzători.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Răspunsuri la examen	Evaluare orală	50%
Seminar	Participare activă la curs și seminar	Discuții tematice și răspunsuri la întrebări	20%
	Realizarea unui produs creator	Prezentarea produsului elaborat.	30%

V. Bibliografie

4. Rață, G., 2010, *Educarea creativității în educație fizică și sport*, Editura Alma Mater, Bacău
5. Rață, G., 2011, *Educarea creativității în educație fizică sport și kinetoterapie*, Editura Alma Mater, Bacău
6. Amabile, M.T., 1997, *Creativitatea ca mod de viață, Ghid pentru părinți și profesori*, Editura Știință și Tehnică, București.

Disciplina: **Semiologie generală**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Cotîrleț Adrian-Valentin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x7=14	2x7=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs+seminar: 1. Definiția și importanța stării de sănătate. Starea de sănătate pe diferite grupe de vârstă. Noțiunea de boală. Generalități. 2. Anamneza. Examenul obiectiv. Atitudinea. Fizionomia. Statura, tipul constituțional. Starea de nutriție. 3. Definiția noțiunilor de semn, simptom, sindrom. Abordarea bolnavului și simptomatologia dominantă. 4. Durerea, cefaleea, pierderea conștienței, secreția sudorală, modificările temperaturii corpului. 5. Semiologia sistemului muscular. 6. Semiologia sistemului osteo-articular: simptome, examen clinic. 7. Semiologia ganglionar-limfatică. Examenul tegumentelor, fanerelor. Cianoza. Edemul. 8. Semiologie neurologică: semne și simptome în sindromul de neuron motor central și sindrom de neuron motor periferic. 9. Semiologie psihiatrică: noțiuni generale. 10. Sindroame reticulare. Sindroame hipotalamice. Sindromul extrapiramidal. Sindromul talamic. Sindroame corticale. 11. Semiologia aparatului cardio-vascular. 12. Semiologia aparatului respirator. 13. Semiologia aparatului digestiv. 14. Semiologia aparatului renal.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei utilizate în semiologie	Colocviu	70%
Seminar	Însușirea problematicei tratate la curs	Prezentarea unui de studiu de caz pe o patologie la alegere	30%

V. Bibliografie

1. Mitu, F., 2009, *Semiologie medicală generală*, Editura „Gr. T. Popa”, UMF, Iași
2. Raveica, G., 2006, *Anatomia aparatului locomotor și elemente de anatomie topografică - Miologie, Topografie*, Editura EduSoft, Bacău
3. Sbenghe, T., 1987, *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Editura Medicală, București
4. Sbenghe, T., 2002, *Kinesiologie – știința mișcării*, Editura Medicală, București.

Disciplina: **Elemente de imagistică**

Titular disciplină: **Prof. Univ. Dr. Cotîrleț Adrian-Valentin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x7=14	2x7=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: 1. Principiile computer-tomografiei (CT). 2. Indicații ale examenelor CT în traumatologie. Elemente de diagnostic diferențial în leziunile osoase ale adultului și copilului. 3. Principii ale examenului imagistic prin rezonanța magnetică (IRM). 4. Indicații ale examenelor IRM în traumatologie. 5. Semiologie RMN.

Elemente de diagnostic diferențial în leziunile osoase ale adultului și copilului. 6. Contraindicațiile examenului RMN. 7. Principiile investigării Rx. Semiologie Rx. Contraindicațiile examenului Rx. 8. Principiile computer-tomografiei (CT). 9. Indicații ale examenelor CT în traumatologie. Elemente de diagnostic diferențial în leziunile osoase ale adultului și copilului. 10. Principii ale examenului imagistic prin rezonanță magnetică (IRM).

Seminar: 1. Investigarea Rx a coloanei vertebrale. Modificări radiologice caracteristice în afecțiuni cronice ale coloanei vertebrale. 2. Investigarea Rx a membrelor superioare. Modificări radiologice caracteristice în afecțiuni acute și cronice ale membrelor superioare. 3. Investigarea Rx a membrelor inferioare. Modificări radiologice caracteristice în afecțiuni acute și cronice ale membrelor inferioare. 4. Investigarea Rx a bazinului. Modificări radiologice caracteristice în afecțiuni acute și cronice ale bazinului. 5. Semiologie RMN. Elemente de diagnostic diferențial în leziunile osoase ale adultului și copilului. 6. Principiile investigației artroscopice. Elemente de semiologie artroscopică. 7. Verificare.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții. Prezentare studii de caz.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei utilizate în elemente de imagistică. Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor de imagistică.	Colocviu oral	70%
Seminar	Însușirea problematicei tratate la curs și seminar. Prezentarea unui studiu de caz pe o patologie la alegere.	Evaluarea prezentării studiului de caz	30%

V. Bibliografie

1. Grancea, V., 1993, *Elemente de radiologie și imagistică fizică medicală*, București
2. Raveica, G., 2006, *Contribuții la optimizarea tratamentului fibromialgiei pe principii cronobiologice*, Editura Pim, Iași
3. Raveica, G., 2006, *Anatomia aparatului locomotor și elemente de anatomie topografică – Miologie, Topografie*, Editura EduSoft, Bacău
4. Sbenghe, T., 1987, *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Editura Medicală, București
5. Sbenghe, T., 2002, *Kinesiologie – știința mișcării*, Editura Medicală, București.

Disciplina: **Masaj antistres și recuperator**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Mârza-Dănilă Doina**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
I	2x14=28	-	2x14=28	-	10

II. Conținutul disciplinei:

Curs+lucrări practice: 1. Organismul uman și stresul: Generalități despre stres; Reacția organismului la stres; Efectele stresului asupra organismului; Stresul și patologia. 2. Masajul ca mijloc de combatere a efectelor stresului: Definiții, obiect de studiu, indicații, contraindicații, limite; Reguli metodologice generale privind aplicarea masajului; Fundamentarea teoretică a masajului; Efectele masajului asupra organismului; Masajul în profilaxia și combaterea oboselii. 3. Masajul antistres: Fundamentarea teoretică a masajului antistres; Caracteristicile masajului antistres; Efectele masajului antistres; 4. Aromoterapia, ca adjuvant prețios în aplicarea masajului. 5. Exersarea traseelor specifice masajului antistres.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de participare activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Gradul de însușire a conținutului cursului	Test grilă la examenul de an, subiecte de sinteză la restanțe și reexaminări	50%
Lucrări practice	Gradul de participare activă la lucrările practice	Evaluarea disponibilității de a aplica masajul și de a fi subiect.	10%
	Gradul de însușire a modului de aplicare a masajului antistres și recuperator	Evaluarea corectitudinii aplicării masajului antistres și recuperator	35%

V. Bibliografie

1. Deravenco, P., ș.a., 1992, Stresul în sănătate și boală. De la teorie la practică, Ed. Dacia, Cluj-Napoca
2. Epuran, M., Holdevici, I. și Tonița, F., 2001, *Psihologia sportului de performanță. Teorie și practică*, Editura Fest, București
3. Mârza, D., 2002, *Masajul terapeutic*, Editura Plumb, Bacău
4. Mârza, D., 2005, *Masajul antistres*, Editura Didactică și Pedagogică, București
5. Mârza, D., Alexe, D., 2012, *Masaj antistres și recuperator*, Editura Alma Mater, Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău
6. Stora, J.,B., 1999, *Stresul*, Editura Meridiane, București

Disciplina: **Fizioterapie și electroterapie**

Titular disciplină: **Lect. univ. dr. Ochiană Nicolae**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x28=28	-	2x7=14	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: 1. Istoricul fizioterapiei. 2. Aspecte clinice, diagnostice și terapeutice. 3. Termoterapia: Aplicațiile de căldura și rece. Baze fizice, efecte biologice generale, efecte fiziologice și terapeutice, modalități de aplicare. 4. Termoterapia: Aplicațiile de rece sau gheața (crioterapia). Baze fizice, efecte biologice generale, efecte fiziologice și terapeutice, modalități de aplicare. 5. Electroterapia, noțiuni generale: câmp electric, clasificarea curenților electrici terapeutici, parametrii curenților electrici, efecte generale și locale. 6. Curenții de joasă frecvență, baze fizice, modalități de producere, efecte biologice generale, efecte fiziologice și terapeutice, modalități de aplicare. 7. Curenții de medie frecvență, baze fizice, modalități de producere, efecte biologice generale, efecte fiziologice și terapeutice, modalități de aplicare. 8. Curenții de înaltă frecvență, baze fizice, modalități de producere, efecte biologice generale, efecte fiziologice și terapeutice, modalități de aplicare. 9. Terapia cu ultrasunete, baze fizice, efecte biologice, fiziologice și terapeutice, indicații și contraindicații, tehnici (metodologie) de aplicare, terapia combinată cu alte forme de electroterapie. 10. Terapia prin câmpuri magnetice de joasă frecvență, baze fizice, efecte biologice, fiziologice și terapeutice, indicații și contraindicații, tehnici (metodologie) de aplicare. 11. Fototerapia cu radiații ultraviolete și radiații infraroșii, baze fizice, efecte biologice, fiziologice și terapeutice, indicații și contraindicații, tehnici (metodologie) de aplicare. 12. TENS Laserterapia și Biofeedback, baze fizice, efecte biologice, fiziologice și terapeutice, indicații și contraindicații, tehnici (metodologie) de aplicare. 13. Acupunctura, electropunctura, presopunctura, baze fizice, efecte biologice, fiziologice și terapeutice, indicații și contraindicații, tehnici (metodologie) de aplicare.

Lucrări practice: 1. Alcătuirea unui cabinet de electroterapie; noțiuni de protecția muncii și protecția pacientului împotriva unor accidente. 2. Prezentarea generală a aparaturii de electroterapie; clasificarea aparatelor de electroterapie după frecvența curentului. 3. Termoterapia, baze fizice, efecte, indicații și contraindicații, metodologie de aplicare. 4. Băile galvanice – aparatura, efecte, tehnica de aplicare, exemple de aplicații în patologie. 5. Verificarea cunoștințelor acumulate. 6. Electrostimularea musculaturii normal inervate, efecte, indicații și contraindicații, metodologie de aplicare. 7. Electrostimularea musculaturii parțial sau total denervate, efecte, indicații și contraindicații, metodologie de aplicare.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: expunerea, explicația, prelegerea, conversația, studiul individual.

Pentru lucrări practice: lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Evaluare finală - Test grilă	50%
Lucrări practice	Gradul de însușire a abilităților practice	Evaluarea pe parcurs – verificări practice	25%
	Elaborarea temelor de casă	Evaluarea temelor de casă	25%

V. Bibliografie

1. Cinteza, D., 2003, *Recuperare Medicală - Termoterapie*, Editura Libra Vox, București
2. Ionescu, C., 2002, *Istoria Medicinii*, Editura Pim, Iași
3. Kiss J., 2007, *Fizio-kinetoterapia și recuperarea medicală în afecțiunile aparatului locomotor*, Editura Medicală, București
4. Ochiană, N., 2013, *Physiotherapy and electrotherapy*, Editura Pim, Iași
5. Rădulescu, A., 1991, *Electroterapie*, Editura Medicală, București
6. Rădulescu, A., 2002, *Fizioterapie*, Editura Medicală, București.

Disciplina: **Evaluarea dezvoltării senzorio-motrică**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Balint Tatiana**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x7=14	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs+lucrări practice: 1. Aspecte teoretice legate de componentele de bază ale psihomotricității. 2. Evaluarea senzorio-motrică pe diferite grupe de vârstă. Teste specifice - Ozerecky - Guillman. 3. Evaluarea senzorio-motrică pe diferite grupe de vârstă. Teste specifice – PDMS. 4. Evaluarea senzorio-motrică pe diferite grupe de vârstă. Teste specifice – Portage. 5. Evaluarea senzorio-motrică pe diferite grupe de vârstă. Teste specifice - Sensory Profile. 6. Evaluarea senzorio-motrică pe diferite grupe de vârstă. Teste specifice - Teste de evaluare a funcțiilor motorii.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: Prezentare noțiunilor teoretice susținută de prezentare power-point. Cursuri interactive, bazate pe debateri pe marginea cursului sau a cunoștințelor dobândite anterior.

Pentru lucrări practice: prezentarea, demonstrarea metodelor de evaluare (cadru didactic) și aplicații practice (studenți), individual, pe perechi sau în grup. Activități de observare, măsurare, înregistrare.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Evaluare finală - SCRIS	50%
Lucrări practice	Prezență activă la lucrările practice	Evaluarea activității practice	10%
	Gradul de însușire a abilităților practice	Evaluarea pe parcurs – verificări practice	30%
	Elaborarea temelor de casă	Evaluarea temelor de casă	10%

V. Bibliografie

1. Balint, T., 2006, *Igienă, prim ajutor și evaluare somato-funcțională*, Editura EduSoft, Bacău
2. Balint, T., 2015, *Evaluarea dezvoltării senzorio-motrică*, note de curs, Bacău
3. Cordun, M., 1999, *Kinetologie medicală*, Ediura AXXA, București
4. Marrow, J., et. All, 2005. *Measurement and evaluation in human performance*, Ed. Human Kinetics, United Kingdom.

Disciplina: **Drenaj limfatic**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. med. Raveica Gabriela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Drenajul limfatic manual – introducere, generalități. Elemente de anatomo-fiziologie: formarea limfei, fiziologia schimburilor lichidiene. Bilanțul kinetoterapeutic al edemului. Manevre ale drenajului limfatic: apelul și resorbția. Principii ale drenajului limfatic al membrului superior. Principii ale drenajului limfatic al membrului inferior. Principii ale drenajului limfatic al trunchiului. Principii ale drenajului limfatic al abdomenului. Principii ale drenajului limfatic al feței. Folosirea bandajelor de contenție.

Lucrări practice: Bilanțul kinetoterapeutic al edemului. Manevre ale drenajului limfatic: apelul și resorbția. Drenajul limfatic al membrului superior. Drenajul limfatic al membrului inferior. Drenajul limfatic al trunchiului. Principii ale drenajului limfatic al abdomenului. Principii ale drenajului limfatic al feței. Folosirea bandajelor de contenție. Verificare practică.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: Cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a studiilor de caz.

Pentru lucrări practice: demonstrația, exercițiul, studiul de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea terminologiei utilizate în traumatologie-ortopedie Capacitatea de utilizare adecvată a noțiunilor din domeniul disciplinei Înțelegerea importanței studiilor de caz în raționamentul profesional. Capacitatea de gândire critică	Evaluare scrisă - test grilă	50%
Lucrări practice	Nivelul de formare a abilităților practice Capacitatea de a utiliza corect metodele și tehnicile kinetoterapeutice Capacitatea de a rezolva probleme și de a lua decizii în limita competențelor. Capacitatea de autoevaluare Nivelul de formare a abilităților practice	Verificări practici	50%

V. Bibliografie

1. Sbenghe, T., *Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului*, Ed. Medicală, București, 1997
2. Raveica, G., *Drenaj limfatic manual*, Note de curs pentru Masterat - Kinetoterapie, Bacău

Disciplina: **Masaj transversal profund**

Titular disciplină: **Prof. Univ. Dr. Mârza-Dănilă Doina**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	2x14=28	-	2x14=28	-	9

II. Conținutul disciplinei:

Curs+lucrări practice: 1. Scurt istoric al apariției și dezvoltării masajului transversal profund. 2. Fundamentarea teoretică a masajului transversal profund. 3. Particularități metodologice ale aplicării masajului transversal profund. 4. Indicații privind aplicarea masajului transversal profund. 5. Principii generale de aplicare a masajului transversal profund în leziuni tendinoase, musculare, ligamentare. 6. Aplicații practice ale masajului transversal profund la nivelul trunchiului, coloanei vertebrale, membrelor superioare și membrelor inferioare.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția

studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de participare activă la curs	Evaluarea cantității și calității intervențiilor	5%
	Gradul de însușire a conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Gradul de participare activă la lucrările practice	Evaluarea disponibilității de a aplica masajul și de a fi subiect.	10%
	Gradul de însușire a modului de aplicare a masajului transversal profund în scopul tratării diverselor afecțiuni	Evaluarea corectitudinii aplicării masajului transversal profund	35%

V. Bibliografie

1. Abram, E.S., 1990, *The pain clinic manual*, J.B. Lippincott Co., London
2. Carr, D. Jacox, A., Chapman, S.L., 1992, *Acute pain management. Operative and medical procedures, and trauma*, Agency for Health Care policy and Research, U.S. Dept. of Health
3. Mârza, D., 2002, *Metode complementare și neconvenționale în Kinetoterapie*, Curs, Universitatea din Bacău
4. Mârza, D., 1998, *Metode speciale de masaj*, Editura Plumb, Bacău
5. Mârza, D., Dobreci, L., 2010, *Masaj transversal profund*, Editura Alma Mater, Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău
6. Sanowski, R., Chanussot, J.C., 1991, *Massage transversal profond*, Actualités Sport et Medicine, no. 4, Paris
7. Troisier, O. et all., 1990, *Massage transversal profond*, EMK kinésithérapie, Paris

Anul de studiu: II

Anul universitar: 2015/2016

Disciplina: **Metodologia cercetării performanței sportive și în sănătate**

Titular disciplină: **Prof.univ.dr. Ababei Radu**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	1x14=14	-	-	4

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

Seminar: Metodologia cercetării activității corporale - știință autonomă. Măsurarea ca proces. Determinarea capacității de performanță. Scopul, justificarea și calitățile unui studiu medical. Organizarea cercetării științifice. Prezentarea datelor cercetării. Deontologia cercetării în performanță sportivă și sănătate.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei: prelegere la curs, explicație, dialog la seminar

IV. Forma și criteriile de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor cercetarea în activitățile de educație fizică și sport	Examen	50%

	Utilizarea metodelor proprii științelor înrudite pentru prelucrarea și interpretarea rezultatelor		
	Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului		
	Înșușirea problematicei tratate la curs și seminar		
Seminar	Capacitatea de a elabora și susține o lucrare de cercetare	Referat	20%
	Capacitatea de a redacta o lucrare	Lucrare	30%

V. Bibliografie

1. Ababei, R., 2006, *Metodologia cercetării în domeniul activităților corporale*, Editura Pim, Iași
2. Epuran, M., 2003, *Metodologia cercetării activităților corporale*, Editura FEST, București
3. Dragnea, A., Tudor, V., 2000, *Măsurarea și evaluarea în activitatea de educație fizică și sport*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București
4. Thomas, J., R., Nelson, J., K., 1996, *Metodologia cercetării în activitatea fizică*, Ed. CCPS, București.

Disciplina: **Educarea și reeducarea psihomotricității**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Rață Marinela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	1x14=14	-	1x14=14	-	5

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Aspecte generale privind psihomotricitatea. Componentele de bază ale psihomotricității. Tulburări de psihomotricitate. Cadrul general al educării și reeducării psihomotrice. Evaluarea în procesul de educare și reeducare psihomotrică. Procesul de educare și reeducare psihomotrică. Jocul și rolul lui în procesul de educare și reeducare psihomotrică.

Lucrări practice: Aplicații practice privind recunoașterea și identificarea componentelor psihomotricității. Aplicații practice privind definirea și recunoașterea schemei corporale. Aplicații practice privind definirea și recunoașterea lateralității. Aplicații practice privind definirea și recunoașterea ideomotricității. Aplicații practice privind definirea și identificarea aspectelor legate de organizarea răspunsurilor motrice (criteriile temporale, spațiale). Aplicații practice privind definirea și identificarea aspectelor legate de organizarea răspunsurilor motrice (coordonarea ritmică, dinamică, globală și echilibru).

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Prelegere, studii de caz, demonstrații.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN.

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunoștințelor acumulate	Test grilă	50%
Lucrări practice	Evaluări abilităților acumulate la lucrările practice	Verificări practice	50%

V. Bibliografie

1. Albu C. et all., 2006, *Psihomotricitate*, Institutul European, Iași
2. Horghidan V., 2000, *Problematika psihomotricității*, Ed. Globus, București
3. Epuran, M., 2005, *Psihologia jocurilor și activităților recreative și de timp liber*, Note de curs, FEFS, Bacău
4. Epuran, M., 2005, *Metodologia cercetării activităților corporale*, Ediția a II-a, Ed. FEST, București
5. Moțet, D., 2001, *Educarea-reeducarea psihomotricității la persoanele cu handicap neuro-motor*, Ed. Fundației Humanitas, București
6. Lauzone F., 1990, *Education psychomotrice. Source d'autonomie et de dynamisme*, Press de L'Université du Quebec, Quebec
7. Rata M., 2014, *Educarea și reeducarea psihomotricității - curs studii de masterat*, Editura Alma Mater, Bacău.

Disciplina: **Terapie Manuală**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Dobreci Daniel-Lucian**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
II	1x14=14	-	2x14=28	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs: Noțiuni fundamentale de terapie manuală. Indicații. Contraindicații. Efecte. Raționamente clinice privind abordarea terapeutică a pacientului din punct de vedere al terapiei manuale. Examinarea pacientului, anamneză în vederea intervenției terapeutice prin terapie manuală. Evaluare ortopedică, Diagnostic diferențial (pumn, cot, umăr). Evaluare ortopedică, Diagnostic diferențial (picior, genunchi, sold). Evaluare ortopedică, Diagnostic diferențial (coloană vertebrală).

Lucrări practice: Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul piciorului. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul genunchiului. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul șoldului. Recapitularea noțiunilor de terapie manuală a membrului inferior. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul pumnului. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul umărului. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul cotului. Recapitularea noțiunilor de terapie manuală a membrului superior. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul coloanei toracale. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul coloanei lombare. Aplicații practice de tehnici de terapie manuală la nivelul coloanei cervicale.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Examen scris, subiecte de sinteză	50%
Lucrări practice	Gradul de participare activă la lucrările practice	Evaluarea disponibilității de a aplica diferite tehnici din terapia manuală	10%
	Gradul de însușire a modului de aplicare a tehnicilor din terapia manuală	Evaluarea corectitudinii aplicării tehnicilor din terapia manuală	40%

V. Bibliografie

1. Baci, C., 1975, *Semiologia clinică a aparatului locomotor*, Ed. Medicală, București
2. Bandy, W., Sanders, B., 2001, *Therapeutic exercise - Techniques for intervention*, Lippincot Williams & Wilkins, Baltimore
3. Heimann, D., 2003), *Guide de - Therapie manuelle*, Maloine, Paris
4. Plas, F., Hagron, E., 2001, *Kinetoterapia activă*, Ed. Polirom, Iași
5. Sbenghe, T., 1987, *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Ed. Medicală, București
6. Sbenghe, T., 1999, *Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei*, Ed. Medicală, București
7. Xhardez, Y., et coll., 2003, *Vademecum de Kinesithérapie et de Reeducation Fonctionnelle*, Maloine Paris et Prodim Bruxelles.

Disciplina: **Tehnici de facilitare neuroprioceptivă folosite în afecțiuni musculo-scheletale**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Ochiană Gabriela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x14=28	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Curs+lucrări practice: Noțiunea de facilitare și inhibiție, elementele facilitatorii. Facilitarea - tehnici de bază (fundamentale), clasificarea tehnicilor de facilitare. Strategia de aplicare a tehnicilor FNP. Schemele de facilitare de la nivelul centurii pelvine. Schemele de facilitare de la nivelul membrelor superioare și trunchiului superior. Schemele de facilitare de la nivelul membrelor inferioare și trunchiului inferior. Schemele de facilitare de la nivelul capului și gâtului. Tehnici FNP folosite în afecțiuni ortopedico-traumatice. Tehnici FNP folosite în afecțiuni neurologice. Tehnici FNP folosite în afecțiuni reumatismale.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Gradul de participare activă la lucrările practice	Evaluarea modalității de structurare a unui program de recuperare folosind tehnici FNP la un pacient cu o temă prestabilită	25%
	Gradul de însușire a modului de aplicare a tehnicilor FNP în recuperarea unei afecțiuni neurologice, traumatice, reumatismale, respiratorie etc.	Evaluarea corectitudinii, progresivității, complexității aplicării unui program de recuperare axat pe tehnici FNP la un pacient cu afecțiune neurologică, traumatică, reumatismală, respiratorie etc	25%

V. Bibliografie

1. Adler, S., Beckers, D., Buck, M., 2003, *PNF în practice*. Second, revised edition, Springer Berlin, Heidelberg, New York, Hong Kong, London, Milan, Paris, Tokio
2. Marcu, V., Matei, C., 2005, *Facilitarea neuroprioceptivă în asistența kinetică*. Ed. Universității din Oradea
3. Mărgărit, M., Mărgărit, F., Heredea, G., 1998, *Aspecte ale recuperării bolnavului neurologic*. Ed. Universității din Oradea
4. Ochiană, G., 2006, *Kinetoterapia în afecțiuni neurologice I. Curs pentru studenți*. Ed. Pim, Iași,
5. Xhardez Y., ȘI colab., *Vademecum de Kinesithérapie et de Reeducation Fonctionnelle – Techniques, Pathologie et Indications de Traitement pour le Practicien*. 5 édition revue, mise à jour et augmentée, Maloine 27, Rue de L' Ecole- De-Medicine 75006, Paris.

Disciplina: **Kinetoterapia în afecțiuni musculoscheletale**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Ochiană Gabriela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
III	2x14=28	-	2x7=14	-	6

II. Conținutul disciplinei:

Curs+lucrări practice: 1. Herniile de disc cu localizare cervicală, toracală și lombo-sacrală: definiție, etiologie, anatomo-patologie, stadiile de evoluție și simptomatologie, investigații paraclinice, radiologie, RMN, diagnostic pozitiv, tratamentul complex al herniei: medicamentos, chirurgical, fizioterapeutic, kinetoterapeutic. 2. Polineuropatiile: definiție, etiologie, patologie, simptomatologie, investigații paraclinice, diagnostic și tratament complex. 3. Poliradiculonevritele: definiție, etiologie, patologie, simptomatologie, investigații paraclinice, diagnostic și tratament complex. 4. Distrofiile musculare: definiție, etiologie, patologie, simptomatologie, investigații paraclinice, diagnostic, complicații și tratament. 5. Spina bifidă, definiție, etiologie, patologie, stadiile de evoluție și simptomatologie, investigații paraclinice, radiologie, diagnostic pozitiv, tratamentul complex: medicamentos, chirurgical,

kinetoterapeutic. 6. Traumatismele cranio-vertebrale: definiție, etiologie, patologie, simptomatologie, investigații paraclinice, diagnostic și tratament complex. 7. Algoneurodistrofia.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților. Prezentarea de cazuri clinice pentru afecțiunile discutate - cu accent pe strategia de intervenție kinetoterapeutică specifică fiecărui caz în parte.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Gradul de însușire a conținutului cursului	Test grilă	50%
Lucrări practice	Gradul de participare activă la lucrările practice	Evaluarea modalității de structurare a unui program de recuperare cu temă prestabilită	25%
	Gradul de însușire a modului de aplicare a mijloacelor, tehnicilor, procedeeleor și metodelor în recuperarea unei afecțiuni	Evaluarea corectitudinii, progresivității, complexității aplicării unui program de recuperare	25%

V. Bibliografie

1. Crețu, A., 1996, *Afecțiuni reumatice care beneficiază de kinetoterapie*. Editura Romfel, București
2. Ionescu, R., 2007, *Esențialul în reumatologie*. Ediția a 2-a revizuită, Editura Medicală, București
3. Moraru, Ghe., Pâncotan, V., 1999, *Recuperarea kinetică în reumatologie*. Editura Imprimeriei de Vest, Oradea
4. Ochiană, G., 2009, *Kinetoterapia în afecțiuni reumatismale*. Editura Alma Mater, Bacău
5. Popescu, E., Ionescu, R., 1995, *Compendiu de reumatologie*. Ediția a II a, Edit. Tehnică, București
6. Șuțeanu, Șt., Ionescu-Blaja, V., Moangă, M., 1977, *Clinica și tratamentul bolilor reumatice*. Editura Medicală, București

Disciplina: **Aparatură și tehnici de ortezare**

Titular disciplină: **Prof. univ. dr. Cotîrleț Adrian-Valentin**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	2x7=14	-	2x14=28	-	3

II. Conținutul disciplinei:

Curs: 1. Noțiuni generale. Scurt istoric și delimitarea termenilor. Proiectarea dispozitivelor și echipamentelor de ortezare. 2. Principiile ortezării. Tipuri de orteze și evaluarea bolnavilor ortezați. 3. Ortezele statice. Indicații și contraindicații, avantaje. 4. Orteze pentru mana: clasificare, indicații, precauții. Tehnici ale ortezării mâinii. 5. Orteze pentru police: indicații, precauții. Tehnici ale ortezării policelui. 6. Ortezarea membrelor spastice: principii, indicații, precauții, tehnici. 7. Ortezarea în inflamațiile reumatice: principii, indicații, precauții, tehnici. 8. Ortezarea coloanei vertebrale: principii, indicații, precauții, tehnici. 9. Ortezarea membrului superior principii, indicații, precauții, tehnici. 10. Ortezarea soldului principii, indicații, precauții, tehnici.

Lucrări practice: 1. Evaluarea în vederea ortezării. Principii ale analizei biomecanice pentru selectarea tehnicilor de ortezare. 2. Tehnica ortezării mâinii: obiective, indicații, modalitate de execuție. 3. Tehnica ortezării policelui: obiective, indicații, modalitate de execuție. 4. Tehnica ortezării membrelor spastice: obiective, indicații, modalitate de execuție. 5. Tehnica ortezării coloanei vertebrale: obiective, indicații, modalitate de execuție. 6. Amputațiile. Tehnicile maturatorilor membrului amputat și confecționarea mulajelor bontului. 7. Ortezarea genunchiului. Deprinderea particularităților de aplicare a aspectelor kinetice în raport cu tipul de afecțiune. 8. Tehnica purtării corsetului. 9. Principalele mijloace ajutătoare de mers și implicații kinetice în derularea corectă a schemei de mers la pacientul cu diferite aspecte de patologie. 10. Programe kinetice aplicate la pacienți ortezați cu diferite afecțiuni /boli asociate. 11. Ortezele și dispozitivele ajutătoare în cadrul DLA (daily living activities). 12. Verificare practică.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Pentru curs: cursuri interactive, bazate pe dezbateri pe marginea notelor de curs puse la dispoziția studenților și a unei scheme de discuții.

Pentru lucrări practice: participarea activă a studenților, cadrul didactic explicând, demonstrând și corectând execuțiile studenților. Prezentare studii de caz.

IV. Forma de evaluare: EXAMEN

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea mijloacelor utilizate în tehnicile de ortezare. Înțelegerea studiilor de caz în raționamentul profesional.	Evaluare scrisă	40%
Lucrări practice	Întocmirea și demonstrarea unui plan de tratament în funcție de starea clinică a pacientului după orteza aplicată	Prezentarea unui de studiu de caz pe o patologie la alegere	60%

V. Bibliografie

1. Cotîrleț, A., 2012, *Ortezare și protezare. Îndrumar pentru studenți și masteranzi*, Editura Pim, Iași
2. Popescu, R., Trăistaru R., 2007, *Recuperarea membrului inferior ortezat și protezat*. Editura Medicală Universitară, Craiova
3. Sbenghe, T., 1987, *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Editura Medicală, București
4. Sbenghe, T., 2002, *Kinesiologie - știința mișcării*, Editura Medicală, București.

Disciplina: **Stagiu clinic I (balneofizioterapie)**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Ochiană Gabriela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	3x14=42	-	7

II. Conținutul disciplinei:

Practică: Realizarea evaluării pacienților, stabilirea diagnosticului funcțional și a conținutului programului de recuperare. Realizarea unei fișe de intervenție prin fizioterapie și electroterapie pe baza unui studiu de caz. Activități practice desfășurate în Secția de Balneofizioterapie a Spitalului Județean, precum și în alte instituții ale Ministerului Sănătății, ONG-urilor, cabinete private etc.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Participarea activă a studenților, cadrul didactic moderând discuțiile și intervenind pentru explicarea noțiunilor neînțelese. Implicarea directă a studenților în activitatea de recuperare prin folosirea procedurilor de fizioterapie și electroterapie.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Gradul de participare activă la activitățile de practică	Evaluarea calității programelor de recuperare balneofizioterapeutică	100%
	Realizarea unui proiect final intervenție	Prezentarea și evaluare proiectului	

V. Bibliografie

1. Cinteza, D., 2003, *Recuperare Medicală. Termoterapie*, Editura Libra Vox, București
2. Ionescu, C., 2002, *Istoria Medicinii*, Editura Pim, Iași
3. Kiss, J., 2007, *Fizio-kinetoterapia și recuperarea medicală în afecțiunile aparatului locomotor*, Editura Medicală, București.
4. Nemeș, I.D.A., 2000, *Ghid de electroterapie și fototerapie*, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara
5. Rădulescu, A., 1991, *Electroterapie*, Editura Medicală, București
6. Rădulescu, A., 2002, *Fizioterapie*, Editura Medicală, București
7. http://www.dscllex.ro/meniu_r.htm

Disciplina: **Stagiu clinic II (cardiologie, ortopedie, neurologie)**

Titular disciplină: **Conf. univ. dr. Rață Marinela**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Practică	Practică	
IV	-	-	4x14=56	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Practică: Realizarea explorării și evaluării pacienților și sintetizarea rezultatelor în fișe de observare. Realizarea unei fișe de intervenție prin kinetoterapie pe baza unui studiu de caz. Activități practice desfășurate în Secțiile de ortopedie, neurologie și cardiologie ale Spitalului Județean de Urgență Bacău și în instituții ale Ministerului Sănătății și ale Ministerului Educației Naționale și Cercetării Științifice.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Prelegere, studii de caz, demonstrații.

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Realizarea portofoliului de practică	Prezentarea și evaluare portofoliului. Evaluarea calității programelor de recuperare	100%

V. Bibliografie

1. Albu C., Vlad T.L., Albu A., 2004, *Kinetoterapia pasivă*, Editura Polirom, Iași
2. Manole, V., Manole L., 2008, *Evaluare motrică și funcțională în kinetoterapie*, Editura Pim, Iași
3. Plas F., Hargon E., 2001, *Kinetoterapia activă*, Editura Polirom, Iași
4. Ochiana G., 2006, *Kinetoterapia în afecțiuni neurologice I*, Editura Pim, Iași
5. Sbenghe T., 1987 *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*, Editura Medicală, București
6. Sbenghe T., 2002, *Kinesiologie*, Editura Medicală, București
7. Sbenghe T., 1996, *Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului*, Editura Medicală, București
8. Vlad T.L., Pendefunda L., 1992, *Recuperarea bolnavului hemiplegic adult*, Editura Contact Internațional, Iași

Disciplina: **Stagiu pentru pregătirea și elaborarea lucrării de disertație**

Titular disciplină: **Conducătorii științifici**

I. Fond de timp alocat pe forme de activitate

Semestrul	Forme de activitate/ număr de ore				Număr de credite
	Curs	Seminar	Lucrări practice	Practică	
IV	-	-	4x14=56	-	8

II. Conținutul disciplinei:

Practică: Proiectare și elaborarea unui plan de cercetare și al lucrării de disertație. Selecția și culegerea datelor din literatura de specialitate. Alegerea și definitivarea eșantionului cuprins în cercetare, a metodelor de cercetare, a duratei și locului cercetării, Prima evaluare a eșantionului cercetării. Organizarea și desfășurarea cercetării fundamentale.

III. Proceduri folosite în predarea disciplinei:

Conversația, dialogul, observația, măsurarea, înregistrarea datelor și informațiilor (pe bază de fișe).

IV. Forma de evaluare: COLOCVIU

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Practică	Evaluare activității de practică	Răspunsuri la întrebări din cazuistica studiată	50%
	Realizarea portofoliului de practică	Prezentarea și evaluarea portofoliului	50%

V. Bibliografie

1. * * *, 2010, *Ghid metodologic privind elaborarea și prezentarea lucrării de licență și disertație*, R-10.05.12, FȘMSS, Bacău.

2. Cadrele didactice cu responsabilități de predare și seminarizare - la programele de studii de master –

Nr. crt.	NUMELE ȘI PRENUMELE	GRAD DIDACTIC	DISCIPLINE PREDATE	DEPARTAMENT
1.	Grapă Florin	Profesor universitar dr.	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă – I, II (C, Lp) Volei în învățământul liceal și activitățile de timp liber (C) Stagiu de practică în centre de pregătire pentru copii și juniori (P)	EFPS
2.	Dobrescu Tatiana	Profesor universitar dr.	Gimnastica în învățământul liceal și activitățile de timp liber (C, Lp) Educarea simțului estetic și demonstrații sportive (C, S)	EFPS
3.	Ababei Radu	Profesor universitar dr.	Metodologia cercetării performanței sportive și în sănătate (C, S) Educație sportivă și olimpică (C, S) Dirijarea științifică a antrenamentului sportiv (C, S)	EFPS
4.	Balint Gheorghe	Profesor universitar dr.	Modelare în educație fizică și sport de performanță (C) Fotbal în învățământul liceal și în activitățile de timp liber (C, Lp)	EFPS
5.	Acsinte Alexandru	Profesor universitar dr.	Constante fiziologice în efortul fizic dirijat (C, S)	EFPS
6.	Alexandru Eftene	Conferențiar universitar dr.	Handbal în învățământul liceal și activitățile de timp liber (C, Lp) Pregătire specializată într-o disciplină sportivă - III, IV (C, Lp) Stagiu de practică în centre de înaltă performanță (P)	EFPS
7.	Rață Bogdan-Constantin	Conferențiar universitar dr.	Atletism în învățământul liceal și activitățile de timp liber (C, Lp) Managementul asociației sportive școlare și competiției (C, S) Marketing și impresariat sportiv (C, S) Concepte moderne în educație fizică și sport (S)	EFPS
8.	Ochiană Nicolae	Lector universitar dr.	Dopingul și aportul de substanțe energogene (C, S) Stagiu de practică în centre de recreere și activități de timp liber (P)	EFPS
9.	Drăgoi Cristian-Corneliu	Lector universitar dr.	Turism ecologic (C, Lp)	EFPS
10.	Ciocan Vasile-Cătălin	Lector universitar dr.	Baschet în învățământul liceal și activitățile de timp liber (C, Lp)	EFPS
11.	Șufaru Constantin	Lector universitar dr.	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă - IV (Lp)	EFPS
12.	Galeru Ovidiu	Lector universitar dr.	Concepte moderne în educație fizică și sport (C)	EFPS
13.	Rață Gloria	Profesor universitar dr.	Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie (C, S)	
14.	Șalgău Silviu	Profesor universitar dr.	Adaptarea și refacerea organismului (C, S)	KTO
15.	Mârza-Dănilă Doina	Profesor universitar dr.	Masaj transversal profund (C)	KTO
16.	Cotîrleț Adrian	Profesor universitar dr.	Semiologie generală (C) Elemente de imagistică (C, S) Aparatură și tehnici de ortezare (C, Lp)	KTO
17.	Raveica Gabriela	Conferențiar universitar dr.	Drenaj limfatic (C, Lp)	KTO
18.	Ochiană Gabriela	Conferențiar universitar dr.	Tehnici de facilitare neuropropioceptivă neuropropioceptive folosite în afecțiuni musculoscheletale C,Lp) Kinetoterapia în afecțiuni musculoscheletale (C)	KTO
19.	Culea Cătălina-Mihaela	Conferențiar universitar dr.	Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie (C,S)	KTO
20.	Dobreci Daniel-Lucian	Conferențiar universitar dr.	Terapie manuală (C, Lp)	KTO
21.	Rață Marinela	Conferențiar universitar dr.	Educarea și reeducarea psihomotricității (C)	KTO
22.	Lupu Stănică-Gabriel	Lector universitar dr.	Cadrul instituțional și legislație în educație fizică și sport (C, S) Politici naționale în activitățile motrice de timp liber (C, S)	KTO

3. Serviciile puse la dispoziție de Universitate

A. Servicii de consiliere profesională <http://www.ub.ro/academic/dcp/despre-dcp>.

Departamentul de Consiliere Profesională (DCP) își propune să dezvolte diverse programe de cunoaștere, conștientizare a intereselor profesionale ale studenților și realizarea unei consilieri adecvate atât pentru efectuarea cu succes a studiilor universitare cât, mai ales, o bună inserție pe piața muncii, prin intermedierea unui bun raport de corespondență între profilul absolventului și solicitările locului de muncă.

Misiunea Departamentului de Consiliere Profesională (D.C.P.) este de a consilia și sprijini absolvenții de liceu, studenții și absolvenții de studii superioare în dezvoltarea unor cariere de succes.

Date de contact:

Adresa: Calea Mărășești Nr. 157, Corp D, parter, sala D19 Telefon: 0234/542.411 int. 276 Email: dcp@ub.ro

Director DCP: Prof.univ.dr. Venera-Mihaela COJOCARIU, venera@ub.ro Psiholog: Doina PASCAL, doina.pascal@ub.ro

Consilier îndrumare și orientare în carieră: Iulia DAMIAN, iulia.damian@yahoo.com

B. Servicii de cazare

Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății, asigură cazarea studenților în căminele studențești aflate în proprietatea, administrarea sau folosința Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău. Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău dispune de patru cămine studențești:

- Cămin nr. 1 - strada Mărășești, nr. 157 - cu o capacitate de cazare de 208 locuri, la norma sanitară de 4 locuri în cameră, cu grup sanitar comun;
- Cămin nr. 2 - strada Mărășești, nr. 157 - cu o capacitate de cazare de 276 locuri, la norma sanitară de 4 locuri în cameră, cu grup sanitar comun;
- Cămin nr. 3 - strada Spiru Haret, nr. 8 - cu o capacitate de cazare de 243 locuri, la norma sanitară de 3 locuri în cameră, cu grup sanitar propriu;
- Cămin nr. 4 - strada Violetelor, nr. 9A - cu o capacitate de 102 locuri, la norma sanitară de 3 locuri în cameră, cu baie și grup sanitar propriu.

Dreptul de cazare se acordă studenților Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău înmatriculați la învățământul cu frecvență, aflați pe locuri bugetare, de la ciclurile universitare de licență, master și doctorat, care nu au domiciliul stabil în municipiul Bacău, precum și studenții străini veniți la studii în cadrul programelor ERASMUS și pe baza altor acorduri inter-universitare și inter-guvernamentale. În limita locurilor disponibile pot fi cazați studenții cu taxă ai Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău.

Cazarea în căminele studențești se face la începutul fiecărui an universitar, pe bază de cerere nominală, depusă la Serviciul social, pentru toți studenții, cu excepția celor din anul I (licență, master, doctorat) care depun cererea la secretariatul facultății.

Repartiția locurilor de cazare, pe facultăți, se aprobă de către Consiliul de Administrație al Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, la propunerea Serviciului social, după consultarea reprezentanților studenților și administratorilor-șefi de facultate, în conformitate cu reglementările în vigoare și ținând cont de efectivul studenților bugetați.

Tarifele de cazare sunt aprobate de Senatul universității.

C. Posibilități de servire a mesei în campusul universitar

Studenții Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău pot să servească masa la Restaurantul universității. Acesta este situat pe strada Mărășești, nr. 157 - are o capacitate de 400 locuri/ serie.

Cantina este deschisă de luni până vineri, iar orele de vârf sunt la prânz, între 12:00 - 14:00.

Un prânz costă între 10 și 12 lei, bani în care intră două feluri și desert. La cantină pot merge studenții și profesorii Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, însă aici poate mânca oricine, cu condiția să achite prețul integral.

D. Servicii de informare și documentare

Sunt asigurate de Biblioteca Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău

Patrimoniul documentar al Bibliotecii Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău cuprinde: cărți, publicații seriale, documente audiovizuale, documente cartografice, documente electronice și alte categorii de documente care au fost publicate pe diferite suporturi materiale și care fac parte din categoria bunurilor culturale comune sau a bunurilor culturale de patrimoniu.

Date de contact:

Biblioteca Universității "Vasile Alecsandri" din Bacău <http://www.ub.ro/studenti/biblioteca>

Strada: Spiru Haret, Nr. 8, Bacău, 600114 /

Tel. 0234-542411, int. 630 / 631, Fax 0234-545753, email: biblioteca@ub.ro

Colecțiile bibliotecii corespund nevoilor de documentare ale utilizatorilor și exigențelor societății informaționale de astăzi, fiind structurate astfel: cărți, publicații periodice și colecții speciale (carte rară și prețioasă, standarde și brevete de invenție, depozit pasiv).

Catalogul bibliotecii este disponibil online cu acces de pe site-ul universității <http://biblioteca.ub.ro/gatewav/gatewav.exe?application=Libertv3&displayform=frame>.

Studentii beneficiază de acces gratuit la publicațiile din bazele de date la care este abonată universitatea prin intermediul consorțiului ANELIS PLUS din care instituția noastră face parte (ScienceDirect, Springer Link, Oxford Journals Collection și Thomson ISI - Web of Science).

Biblioteca Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău face parte din sistemul integrat al bibliotecilor din România și are relații de cooperare cu alte biblioteci universitare, publice sau școlare, cu centre de informare și documentare sau cu instituții cu preocupări din domeniul învățământului, din țară și din străinătate.

Biblioteca dispune de o sală de conferințe, spații de lectură cu acces liber la rafturile de publicații, spații de studiu dotate cu calculatoare și cu acces la internet. De asemenea, biblioteca oferă studenților posibilitatea de a realiza ei înșiși copierea xerox a unor surse documentare.

E. Servicii de copiere, editare, multiplicare

Pentru imprimarea, legarea și copertarea lucrărilor de finalizare a studiilor, studenților facultății le stă la dispoziție Centrul de multiplicare, care funcționează pe lângă Editura „Alma Mater” a Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău.

4. Taxele de studii

Taxele aplicabile pentru anul universitar 2015-2016, hotărâte în ședința de Senat din data de 10.09.2015 și actualizate la data de 27.10.2015, sunt următoarele:

A. Taxe generale;

B. Taxe de admitere, propuse de către Consiliul facultății și aprobate de Senatul universității sunt cuprinse în Regulamentul de admitere al Facultății de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății.

C. Taxe anuale pentru studii universitare - Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății.

Taxe anuale pentru studii universitare de licență:

☒ AMCTL, PS (IF), anii I-II - 3.500 lei/an

☒ KERF (IF), anii I-II - 4.200 lei/an

Taxă de finalizare a studiilor (pentru absolvenții cu taxă și repetarea examenului de finalizare) - Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății este de 500 lei.

Notă: Informații suplimentare privind taxele sunt disponibile în documentul „Taxele aplicabile pentru anul universitar 2015-2016, hotărâte în ședința de Senat din data de 10.09.2015 și actualizate la data de 27.10.2015”, care poate fi consultat pe site-ul Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, în secțiunea „Regulamente proprii” <http://www.ub.ro/universitatea/doc/reg.>, sau Modalități de plată a taxelor <http://ub.ro/studenti/modalități-de-plata-a-taxelor>.

5. Baza materială

Facultatea de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății își desfășoară activitatea în clădirile situate în campusul universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, situat în municipiul Bacău, Calea Mărășești, nr. 157.

- Spațiile de învățământ ale facultății cuprind săli de curs (amfiteatre), săli de seminar, laboratoare de cercetare, săli de sport, bază sportivă în aer liber, cabinete cadre didactice.
- Sălile de curs, laboratoarele și sălile de seminar, sunt dotate cu calculatoare, videoproiectoare.
- Dotarea facultății s-a realizat din venituri de la buget și proprii sau alte proiecte cu finanțare.

6. Asociații studențești

Liga Studențească <http://ligastudenteasca.ro> își propune să impulsioneze studenții din Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău să se implice în viața studențească, să desfășoare proiecte sau activități specifice, să realizeze o punte de comunicare între studenții din Bacău și studenții din alte centre universitare.

Liga Studențească este implicată în:

- ✓ Servicii de informare a studenților cu privire la toate deciziile care se iau la nivel local și chiar național, decizii care îi implică în mod direct pe ei.
- ✓ Organizarea unor programe de training pentru formarea studenților în ariile de interes.
- ✓ Organizarea de festivaluri studențești, precum Proiectul de amploare națională „Studentiada”, cu scopul reunirii studenților din toate cele cinci Facultăți ale Universității în vederea restabilirii unor punți de legătură între aceștia.
- ✓ Organizarea unor dezbateri și sesiuni de comunicare care să încurajeze tinerii studenți să se distingă prin implicarea activă în problemele profesionale și publice, recompensând eficiența, calitatea și excelența profesională la nivel managerial și administrativ (excursii, tabere);
- ✓ Organizarea de concursuri sportive sau concursuri de miss care să pună în evidență aptitudinile, priceperile și deprinderile studenților;

Notă: Informații suplimentare privind asociațiile studențești <http://ligastudenteasca.ro/>

7. Burse

Studenții Facultății de Științe ale Mișcării, Sportului și Sănătății pot beneficia de mai multe categorii de burse: *burse de merit*, *bursa de studiu*, *bursa de ajutor social*.

1) Burse de merit pentru rezultate deosebite la învățătură, se acordă pe facultate, semestrial, pe perioada activităților didactice (cursuri, sesiuni de examene, activități practice, examene de finalizare de studii), studenților cu rezultate deosebite la învățătură, începând cu semestrul II al anului I de studiu, media minimă pentru acordarea acestei burse fiind de 9,80;

2) Bursa de studiu se poate acorda studenților care au obținut cel puțin media 7,50:

- a. la concursul de admitere - pentru studenții din anul I de studiu, pentru acordarea bursei pe semestrul I;
- b. pe semestrul I - pentru acordarea bursei în semestrul al doilea;
- c. pe anul de studiu precedent, pentru acordarea bursei pe semestrul I la anii de studii următori.

Candidații olimpici, admiși fără concurs, pe locuri bugetare, se consideră admiși cu media 10 primii pe listă, și în semestrul I al anului I de studiu primesc numai bursă de studiu, în limita fondului de bursă al programului de studii.

Candidații olimpici, admiși fără concurs, pe locurile cu taxă, pot primi burse în baza acestui regulament începând cu semestrul II al anului I de studiu.

Bursele de studiu se acordă semestrial, pe perioada activităților didactice, în funcție de rezultatele obținute la învățătură, proporțional cu numărul de locuri finanțate de la buget pe programe de studii și ani de studii.

Studenții care doresc acordarea de burse de merit sau de studiu vor depune la decanatele facultăților, în termenul stabilit de comisia de burse, cereri de obținere a bursei.

3. Bursa de ajutor social se poate acorda numai studentului integralist, la cerere, semestrial, pe perioada activităților didactice, în funcție de situația materială a familiei acestuia, din următoarele categorii:

- a. studenților cărora li se aplică prevederile art. 10 lit. r) din Legea nr. 42/1990, republicată, în baza certificatului eliberat de Comisia pentru aplicarea Legii 42/1990, care atestă calitatea lor ori a unuia dintre părinți de „Luptători pentru Victoria Revoluției Române din Decembrie 1989” sau de „Eroumărtir” - cu una dintre mențiunile: rănit, reținut, rănit și reținut, remarcat prin fapte deosebite, însoțit de brevetul semnat de Președintele României;
- b. studenților orfani, celor proveniți din casele de copii sau plasament familial, care nu realizează venituri. Prin studenți orfani se înțelege studenții orfani de ambii părinți, care nu au împlinit vârsta de 25 ani și nu sunt căsătoriți.

- c. studenților bolnavi TBC, care se află în evidența unităților medicale, celor care suferă de diabet, boli maligne, sindromuri de malabsorbție grave, insuficiență renală cronică, astm bronhic, epilepsie, cardiopatii congenitale, hepatită cronică, glaucom, miopie gravă, boli imunologice, cei infestați cu virusul HIV sau bolnavi de SIDA, spondilită anchilozantă sau reumatism articular;
- d. studenților a căror familie nu realizează pe ultimele 3 luni un venit lunar net mediu pe membru de familie mai mare decât salariul minim pe economie.

Pentru obținerea bursei de ajutor social studenții vor depune la secretariatul facultății o cerere însoțită de declarația de venituri și de actele justificative, până la data stabilită de comisia de burse. Bursa de ajutor social nu se atribuie studenților care beneficiază de o altă categorie de bursă.

Bursa de ajutor social se poate acorda și *ocazional*, în cuantum cel puțin egal cu bursa minimă, stabilit de Senatul Universității, indiferent dacă se mai beneficiază de altă categorie de bursă, astfel:

- a. bursa de ajutor social ocazional pentru îmbrăcăminte, care se poate acorda studenților orfani, studenților defavorizați din punct de vedere social, studenților proveniți din casele de copii, studenților proveniți din plasament familial sau din încredințare, a căror familie nu realizează pe ultimele 3 luni un venit lunar net mediu pe membru de familie mai mare decât 75% din salariul minim pe economie; Bursa de ajutor social ocazional pentru îmbrăcăminte se poate acorda aceluiasi student de două ori în decursul unui an universitar;
- b. bursa de ajutor social ocazional de maternitate, care se acordă studentei sau studentului a cărui soție nu realizează alte venituri decât bursele, constă într-o bursă pentru naștere și lehuzie și o bursă pentru procurarea îmbrăcăminteii copilului nou-născut;
- c. bursa de ajutor social ocazional în caz de deces se poate acorda pentru decesul unui membru al familiei studentului(ei) (soț, soție, copil) sau în caz de deces al studentului(ei), necăsătorit(ă) sau căsătorit(ă), cu soție/soț care nu realizează venituri. Suma care se atribuie în caz de deces este stabilită de către Consiliul de administrație al Universității.

În afara acestor categorii de burse, la nivel de universitate se mai acordă de către Consiliul de administrație, la propunerea comisiilor de burse și a consiliilor facultăților, 3 tipuri de burse de performanță, astfel:

- a. bursa de performanță științifică;
- b. bursa de performanță artistică și
- c. bursa de performanță sportivă.

Acestea sunt burse de merit și se acordă pe universitate, prin concurs, studenților cu rezultate și performanțe științifice, cultural-artistice și respectiv sportive deosebite.

Bursa de merit atribuită pentru performanțe științifice - bursa de performanță - se poate atribui începând cu anul al doilea de studii, la studiile de licență și în toți anii la studiile de master, pentru 12 luni consecutive, începând cu data atribuirii, prin concurs, la nivelul instituției de învățământ superior. Aceasta se acordă și pe perioada vacanțelor, inclusiv a vacanței de vară pentru studenți.

Notă: Informații suplimentare privind regimul de acordare a bursei sunt disponibile în „Regulamentul de acordare a bursei pentru studenții români, fonduri de la buget, și pentru toți studenții, venituri proprii”, care poate fi consultat pe site-ul Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, în secțiunea „Regulamente proprii” <http://www.ub.ro/universitatea/doc/reg>.

8. Mobilități ERASMUS +

Mobilități Erasmus <http://www.ub.ro/studenti/erm>

Erasmus+ este programul Uniunii Europene pentru educație, formare, tineret și sport în perioada 2014-2020.

Programul ERASMUS (EuRopean Community ActionS for the Mobility of University Students) cuprinde mai multe tipuri de mobilități între universitățile europene partenere (Programme Countries), precum și cu universități din țări din afara spațiului comunitar (Partner Countries):

- ✓ mobilități de studiu pentru studenți (SMS);
- ✓ mobilități de plasament pentru studenți (SMP);
- ✓ mobilități de predare pentru cadrele didactice (STA);
- ✓ mobilități de formare pentru personalul didactic și nedidactic (STT).

Parteneri ERASMUS+ 2015-2016, FȘMSS din Bacău:

Nr. Crt.	Țara	Codul Țării	Cod ERASMUS	Numele instituției	Program de studii
1	Bulgaria	BG	BG ROUSSE 01	Angel Kanchev University of Ruse/ Universitatea Angel Kanchev din Ruse	KMS
2	Belgia	BE	BE GENT 39	Artevelde University College of Gent	TO
3	Belgia	BE	BE GENT 01	University of Gent/ Universitatea din Gent	KMS
4	Cehia	CZ	CZ BRNO 05	Masaryk University	EFS și KMS
5	Danemarca	DK	DK RISSKOV 06	VIA University College	EFS/KMS
6	Spania	ES	E ELCHE 01	Universidad Miguel Hernandez de Elche/ Universitatea Miguel Hernandez din Elche	EFS
7	Spania	ES	E ZARAGOZ 01	Universidad de Zaragoza / Universitatea din Zaragoza	EFS
8	Finlanda	FI	SF OULU 11	Olulu University of Applied Sciences/ Universitatea de Științe Aplicate din Oulu	KMS și TO
9	Franța	FR	F LIMOGES 01	Université de Limoges / Universitatea din Limoges	EFS și KMS
11	Franța	FR	F POITIER 01	Université de Poitiers/ Universitatea din Poitiers	EFS/KMS
12	Croația	HR	HR ZAGREB 01	University of Zagreb/ Universitatea din Zagreb	EFS și KMS
13	Polonia	PL	PL WROCLAW 08	Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu/ Academia de Educație Fizică din Wrocław	EFS și KMS
14	Slovacia	SK	SK BRATISL 02	Comenius University în Bratislava/ Universitatea Comenius din Bratislava	EFS

Informații suplimentare: Biroul de Relații Internaționale și Programe Comunitare al Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău <http://www.ub.ro/int/ripc> care se află în sediul nou al Universității, corpul D, etajul 1, cam.111, Tel/fax: +40 234 576901

Persoanele de contact:

Silvia LEONTE (e-mail: silvialeonte@ub.ro)

Roxana POPESCU (e-mail: popescu.roxana@ub.ro) - responsabil studenți outgoing.

Întocmit,

Prof.univ.dr. Mârza-Dănilă Dănuț-Nicu