

SYLLABUS

1. Information regarding the programme

1.1 Higher education institution	Babes-Bolyai University
1.2 Faculty	Faculty of Mathematics and Computer Science
1.3 Department	Department of Computer Science
1.4 Field of study	Computer Science
1.5 Study cycle	Bachelor
1.6 Study programme / Qualification	Artificial Intelligence

2. Information regarding the discipline

2.1 Name of the discipline (en) (ro)	Physical education 1 Educație fizică 1						
2.2 Course coordinator							
2.3 Seminar coordinator	Asist univ. Moca Cosmin						
2.4. Year of study	I	2.5 Semester	I	2.6. Type of evaluation	VP	2.7 Type of discipline	DC
2.8 Code of the discipline	YLU0011						

3. Total estimated time (hours/semester of didactic activities)

3.1 Hours per week	2	Of which: 3.2 course	0	3.3 seminar/laboratory	2
3.4 Total hours in the curriculum	28	Of which: 3.5 course	0	3.6 seminar/laboratory	28
Time allotment:					hours
Learning using manual, course support, bibliography, course notes					4
Additional documentation (in libraries, on electronic platforms, field documentation)					4
Preparation for seminars/labs, homework, papers, portfolios and essays					8
Tutorship					2
Evaluations					2
Other activities:					2
3.7 Total individual study hours	22				
3.8 Total hours per semester	50				
3.9 Number of ECTS credits	2				

4. Prerequisites (if necessary)

4.1. curriculum	•
4.2. competencies	•

5. Conditions (if necessary)

5.1. for the course	•
5.2. for the seminar /lab activities	• Teren de sport, sală de sport dotată cu aparatura și materiale specifice activității

6. Specific competencies acquired

Professional competencies	<ul style="list-style-type: none"> • Importanța și beneficiile practicării sistematice și repetate a mijloacelor educației fizice; • Importanța practicării activităților fizice și sportive pentru menținerea unui nivel de fitness crescut • Practicarea în timpul liber a activităților fizice și sportive în scop compensator, de corectare a atitudinilor deficitare, de fortificare sau în scop recreativ
Transversal competencies	

7. Objectives of the discipline (outcome of the acquired competencies)

7.1 General objective of the discipline	<ul style="list-style-type: none"> • mărirea capacității de efort fizic și intelectual; • dezvoltarea armonioasă a organismului; • optimizarea stării de sănătate; • prevenirea instalării deficiențelor fizice globale și segmentare; • formarea și menținerea atitudinilor corecte ale corpului.
7.2 Specific objective of the discipline	<ul style="list-style-type: none"> • îmbunătățirea calităților motrice de bază (forța, viteza, rezistența, îndemănare); • îmbunătățirea calitatilor motrice de baza (forța, viteza, rezistența, îndemănare); • însușirea și consolidarea unor elemente și procedee tehnice de baza din jocurile sportive și aplicarea lor în condiții de joc bilateral; • învățarea unor noțiuni de baza din regulamentele unor jocuri sportive (volei, handbal, baschet și tenis) de organizare și desfășurare a diferitelor competiții; • stimularea interesului studenților pentru practicarea sistematică și independentă a exercitiului fizic în mod individual și colectiv zilnic sau săptămânal; • crearea obișnuinței de respectare a normelor de igiena sportivă și de prevenire a accidentelor;

8. Content

8.1 Course	Teaching methods	Remarks
1.		
2.		

3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		

Bibliography

8.2 Seminar / laboratory	Teaching methods	Remarks
1. Prezentarea cerintelor pentru disciplina studiata, prezentarea normelor de protectie a muncii;	Explicatie, demonstratie, exersare	2 ore
2. Exerciții pentru capacitatea de organizare; Exerciții pentru ISAL; Dezvoltarea capacitatii generale de efort;	Explicatie, demonstratie, exersare	2 ore
3. Exerciții pentru invatarea si consolidarea elementelor tehnice de baza din handbal;	Explicatie, demonstratie, exersare	8 ore
4. Exerciții pentru invatarea si consolidarea elementelor tehnice de baza din fotbal;	Explicatie, demonstratie, exersare	8 ore
5. Exerciții pentru invatarea si consolidarea elementelor tehnice de baza din volei;	Explicatie, demonstratie, exersare	8 ore
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		

Bibliography

9. Corroborating the content of the discipline with the expectations of the epistemic community, professional associations and representative employers within the field of the program

- Aceasta disciplina contribuie la deprinderea si consolidarea unor comportamente care sporesc calitatea vietii studentilor prin fortificarea organismului, imbunatatirea igienei personale si prin componentele psihologice si sociologice ale activitatilor desfasurate

10. Evaluation

Type of activity	10.1 Evaluation criteria	10.2 Evaluation methods	10.3 Share in the grade (%)
10.4 Course			
10.5 Seminar/lab activities	Verificare practica	Evaluarea calitatilor motrice	10%
	Participarea la lucrarile practice		90%
10.6 Minimum performance standards			
Pentru obtinerea calificativului „Admis”, la sfarsitul semestrului studentii vor putea sa:			
➤ organizeze si sa desfasoare jocurile sportive: volei, fotbal si handbal;			

Date

.....

Date of approval

28.04.2023

Signature of course coordinator

.....

Signature of seminar coordinator

Asist. Univ. Dr. Moca Cosmin

Signature of the head of department

Prof. Dr. Diosan Laura