

**FIȘA DISCIPLINEI**
**1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2. Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ramura de știință	Știința sportului și educației fizice
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii / calificarea	<b>SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ</b> Profesor in invatamantul primar –cod C.O.R 234101, Profesor in invatamantul gimnazial –cod C.O.R 233002 Cercetator in educatie fizica si sport- cod C.O.R. 226909 Asistent de cercetare in educatie fizica si sport- cod C.O.R 226910 Consilier sportiv- cod C.O.R 226911

**2. Date despre disciplină**

2.1. Denumirea disciplinei	Educație prin aventură						
2.2. Titularul activităților de curs	Conf. dr. Domokos Martin						
2.3. Titularul activităților de seminar	Conf.dr. Nagel Adrian, Conf. dr. Domokos Martin						
2.4. Anul de studii	2	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DS

**3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)**

3.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	14
<b>Distribuția fondului de timp</b>					<b>ore</b>
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutorat					10
Examinări					6
Alte activități ...					
3.7. Total ore studiu individual	56				
3.8. Total ore pe semestru	84				
3.9. Număr de credite	3				

**4. Precondiții (acolo unde e cazul)**

4.1. de curriculum	• Nu este cazul
4.2. de competențe	• Nu este cazul

**5. Condiții (acolo unde e cazul)**

5.1. de desf. a cursului	•
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studenții vor avea echipament corespunzător</li> <li>• Prezența este obligatorie</li> <li>• Nu este permisă întârzierea la lucrările practice</li> <li>• Problemele medicale vor fi raportate înainte de începerea lucrărilor practice</li> </ul>

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	C.1- Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C.2- Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă). C.3- Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. C.4- Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă. C.5- Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport. C.6- Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Competențe transversale	C.T.1- Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. C.T.2- Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

### 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cursul are menirea de a familiariza studenții cu metode noi de învățare, de a oferi studenților cunoștințe despre filosofia și valorile care stau la baza programelor de educație prin aventură, precum și despre managementul riscului cu privire la activitățile desfășurate în natură.</li> <li>• Deprinderea de a participa activ la un program de educație prin aventură, de a organiza activități în natură, de a da ajutor și de a asigura în activitățile specifice educației prin aventură</li> </ul>
7.2. Obiectivele specifice	O.c. <sup>11</sup> -Să descrie elementele componente ale educației prin aventură; O.ap. <sup>12</sup> -Să identifice importanța dezvoltării educației prin aventură; O.at. <sup>13</sup> -Să argumenteze importanța practicării ramurii de sport educație prin aventură la toate categoriile de populație; O.c. <sup>21</sup> -Să descrie caracteristicile principalelor elemente tehnice din educație prin aventură; O.ap. <sup>22</sup> -Să identifice importanța aplicării elementelor tehnice în educația prin aventură; O.at. <sup>23</sup> - Să argumenteze importanța practicării unei tehnici corecte a educației prin aventură pentru comunitate sau societate; O.c. <sup>31</sup> -Să descrie principalele caracteristici ale managementului în educație prin aventură; O.ap. <sup>32</sup> - Să prezinte importanța managementului în educație prin aventură și impactul acestuia asupra societății și a mediului înconjurător; O.at. <sup>33</sup> -Să argumenteze importanța promovării educației prin aventură ca activitate de masă pe toate canalele de comunicare.

### 8. Conținuturi\*

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
Prezentarea disciplinei, istoricul acesteia și organizarea activității. (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> )	Prelegerea	Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie: 1.Care sunt probele educației prin aventură? 2.Ce are specific educația prin aventură? 3.Cum se desfășoară activitățile în educația prin aventură?

		<p>4. Cum a apărut educația prin aventură?</p> <p>Referințe</p> <p>1. ROHNKE, Karl, BUTLER, Steve, <i>Quicksilver</i>, Editura Kendall – Hunt, 1995</p>
<p>Metode pedagogice „învățarea prin experimentare”, „să învățăm făcând”.</p> <p>(1 oră) (O.c.<sup>11</sup>, O.ap.<sup>11</sup>, O.at.<sup>11</sup>, O.c.<sup>21</sup>, O.ap.<sup>21</sup>, O.at.<sup>21</sup>)</p>	Prelegerea	<p>Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie:</p> <p>1. Care sunt metodele de predare?</p> <p>2. Ce este specific metodei „învățare prin experimentare”?</p> <p>3. Care sunt avantajele metodei „învățare prin experimentare”?</p> <p>Referințe</p> <p>1. ROHNKE, Karl, BUTLER, Steve, <i>Quicksilver</i>, Editura Kendall – Hunt, 1995</p>
<p>Jocurile în cadrul educației prin aventură</p> <p>(2 ore) (O.c.<sup>11</sup>, O.ap.<sup>11</sup>, O.at.<sup>11</sup>, O.c.<sup>21</sup>, O.ap.<sup>21</sup>, O.at.<sup>21</sup>)</p>	Prelegerea	<p>Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie:</p> <p>1. Dați exemple de jocuri specifice educației prin aventură.</p> <p>2. Dați exemple de jocuri de cunoaștere.</p> <p>3. Dați exemple de jocuri de comunicare.</p> <p>Referințe</p> <p>1. ROHNKE, Karl, BUTLER, Steve, <i>Quicksilver</i>, Editura Kendall – Hunt, 1995</p>
<p>Managementul activităților de educație prin aventură</p> <p>(1 oră) (O.c.<sup>11</sup>, O.ap.<sup>11</sup>, O.at.<sup>11</sup>, O.c.<sup>21</sup>, O.ap.<sup>21</sup>, O.at.<sup>21</sup>, O.c.<sup>31</sup>, O.ap.<sup>31</sup>, O.at.<sup>31</sup>)</p>	Prelegerea	<p>Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie:</p> <p>1. De ce este important managementul în educația prin aventură?</p> <p>2. Este nevoie de un manager într-un parc de aventură?</p> <p>3. Ce fel de management trebuie folosit într-un parc de aventură?</p> <p>Referințe</p> <p>1. BUELL, L., <i>Outdoor leadership competency: A manual for self-assessment and staff evaluation</i>. Greenfield, MA: Environmental Awareness 1983</p> <p>2. CLARK, K. E. CLARK, M. B., <i>Measures of leadership</i>. West Orange, NJ: Leadership Library of America, 1990</p>
<p>Leadership în activitățile de educație prin aventură</p> <p>(1 oră) (O.c.<sup>11</sup>, O.ap.<sup>11</sup>, O.at.<sup>11</sup>, O.c.<sup>21</sup>, O.ap.<sup>21</sup>, O.at.<sup>21</sup>, O.c.<sup>31</sup>, O.ap.<sup>31</sup>, O.at.<sup>31</sup>)</p>	Prelegerea	<p>Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie:</p> <p>1. De ce este important leadership-ul în educația prin aventură?</p> <p>2. Care sunt stilurile de conducere?</p> <p>3. Cum se folosesc stilurile de conducere în diferitele momente ale lecțiilor?</p> <p>Referințe</p> <p>1. BUELL, L., <i>Outdoor leadership competency: A manual for self-assessment and staff evaluation</i>. Greenfield, MA: Environmental Awareness 1983</p> <p>2. CLARK, K. E. CLARK, M. B., <i>Measures of leadership</i>. West Orange, NJ: Leadership Library of America, 1990</p>

		3. PRIEST, Simon, GASS, Michael A., Effective leadership in adventure programming, Human Kinetics, 1997
Managementul riscului în educația pentru aventură (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Prelegerea	Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie: 1.Ce înseamnă managementul riscului? 2.Este util un plan de management al riscului? 3.Ce fel de riscuri implică un program de educație prin aventură? Referințe 1. COCKRELL, D., The wilderness educator: The Wilderness Education Association curriculum guide. Merrillville, IN: ICS Books, Inc., 1991
<b>Bibliografie</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. BUELL, L., Outdoor leadership competency: A manual for self-assessment and staff f evaluation. Greenfield, MA: Environmental Awareness 1983</li> <li>2. CLARK, K. E. CLARK, M. B., Measures of leadership. West Orange, NJ: Leadership Library of America, 1990</li> <li>3. COCKRELL, D., The wilderness educator: The Wilderness Education Association curriculum guide. Merrillville, IN: ICS Books, Inc., 1991</li> <li>4. DRURY, J. K., Idea notebook: Wilderness food planning in the computer age. Journal of Experiential Education, 86</li> <li>5. PRIEST, Simon, GASS, Michael A., Effective leadership in adventure programming, Human Kinetics, 1997</li> </ol>		
ROHNKE, Karl, BUTLER, Steve, Quicksilver, Editura Kendall – Hunt, 1995		
<b>8.2. Seminar/laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
1. Introducere în tema cursului. Protecția muncii. Cunoașterea terenului și a aparaturii folosite. (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea globală/ fragmentată, exersarea, algoritimizarea	Studenții conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
2. Jocuri motrice interactive de cunoaștere interumană (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studenții conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
3. Curs de frânghii la joasă înălțime (2 ore) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studenții conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.

4. Jocuri de team building (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
5. Curs de frânghii la mare înălțime (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
6. Escaladă pe perete stâncos cu grad redus de dificultate manșă și cap - secund (1 oră) (O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>11</sup> , O.at. <sup>11</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>21</sup> , O.at. <sup>21</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>31</sup> , O.at. <sup>31</sup> )	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.

#### Bibliografie

1. BUELL, L., Outdoor leadership competency: A manual for self-assessment and staff f evaluation. Greenfield, MA: Environmental Awareness 1983
2. CLARK, K. E. CLARK, M. B., Measures of leadership. West Orange, NJ: Leadership Library of America, 1990
3. COCKRELL, D., The wilderness educator: The Wilderness Education Association curriculum guide. Merrillville, IN: ICS Books, Inc., 1991
4. DRURY, J. K., Idea notebook: Wilderness food planning in the computer age. Journal of Experiential Education, 86
5. PRIEST, Simon, GASS, Michael A., Effective leadership in adventure programming, Human Kinetics, 1997
6. ROHNKE, Karl, BUTLER, Steve, Quicksilver, Editura Kendall – Hunt, 1995

#### 9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Conținuturile disciplinei sunt abordate în manieră inter-, intra-, trans- și/sau multidisciplinară astfel încât să stimuleze inițiativa, independența în gândire, analiza critică și gândirea creativă, care stau la baza formării la studenți a competențelor necesare cercetării științifice în domeniu, a competențelor profesionale și transversale necesare absolvenților pentru rezolvarea eficientă și creativă a problemelor și a situațiilor noi de muncă;
- Studenții vor dobândi deprinderi și abilități de folosire eficientă și corectă a teoriilor din educație prin aventură precum și a tehnicii specifice acestui sport, având capacitatea de a folosi educația prin aventură ca activitate de masă și chiar la nivel competițional.
- Prin studierea aprofundată a conținuturilor oferite de disciplina educație prin aventură, studenții vor dobândi abilitățile necesare aplicării ei în condiții variate conform programelor școlare în vigoare și corelat cu așteptările angajatorilor: Inspectoratul școlar Județean, Instituțiile de învățământ preuniversitar, asociații profesionale.

#### 10. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
<b>10.4. Curs</b>	O.c. <sup>11</sup> , O.ap. <sup>12</sup> , O.at. <sup>13</sup> , O.c. <sup>21</sup> , O.ap. <sup>22</sup> , O.at. <sup>23</sup> , O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>32</sup> , O.at. <sup>33</sup> , O.c. <sup>41</sup> , O.ap. <sup>42</sup> , O.at. <sup>43</sup> , O.c. <sup>51</sup> , O.ap. <sup>52</sup> , O.at. <sup>53</sup>	Examen scris	Notă de la 1 la 10 (50%)
<b>10.5. Seminar / laborator</b>	O.c. <sup>31</sup> , O.ap. <sup>32</sup> , O.at. <sup>33</sup> , O.c. <sup>41</sup> , O.ap. <sup>42</sup> , O.at. <sup>43</sup> , O.c. <sup>51</sup> , O.ap. <sup>52</sup> , O.at. <sup>53</sup>	Participare activă: Se înregistrează frecvența și valoarea implicării în procesul didactic precum și evaluarea din punct de vedere tehnic al procedeelor învățate.	Notă de la 1 la 10 (50%)
<b>10.6. Standard minim de performanță</b> Trecerea prin toate procedeele învățate. Nota finală trebuie să fie minim 5 pentru a îndeplini condițiile de trecere. <b>Absența la probele practice</b> înseamnă absență de la examen. <b>Îndeplinirea criteriului de frecvență la lucrări practice (sarcină obligatorie)</b> este o condiție de intrare în examenul practic. <i>Evaluarea în sesiunea de restanțe</i> se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. <b>Cursul necesită costuri suplimentare suportate de către student: cazare, masă, transport, închiriere echipament.</b>			

 Data completării  
10.09.2019

Semnătura titularului de curs      Semnătura titularului de seminar

Semnătura directorului de departament