

Course description

Physical Education

Responsible for the discipline/module: Associate Prof. Boris Boguş, Ph.D.

Discipline code	Student workload	Credits (ECTS)	Semester	Frequency	Duration X
	30 30		I II	2 laborator	2 semesters
1	Type of courses: l) lectures m) seminars	Contact hours 60		Independent study 60	Class size 15 ±15
2	Prerequisites for participation (for course units and the level of skills) <i>Completion and promotion of module:</i> Knowledge gained in the pre-university education.				
3	Learning outcomes: By studying the Physical Education students will form/develop the following Competences:: <ul style="list-style-type: none"> • accumulation of cognitive experiences; • understanding your own body and the influence of various environmental factors on it; • continuation of sports activities in a coherent and efficient way; • Develop general driving/motion abilities; • Individual programs; • meal programs (sport for all). • encourage independent thinking. • overcoming prejudices, • fostering respect for others; • success of the group; • cooperation; • the development of personality traits. 				
4	Subject aims. Necessity, importance and accessibility of Physical education throughout their lives; notions about aerobics, gymnastics, athletics and sports games. Theoretical knowledge about physical deficiencies and ways to correct them; somatic concepts. Growing aesthetic sense, coordination and rhythm exercises movements.				
5	Teaching Methods exercises				
6	Assessment Methods: In determining the final grade shall be considered			Share in% (total = 100%)	
	Practical work				
	The grades for periodic tests			10 %	
	Grade according to attendance			60%	
	The grades for homework				
	The grades for participation in professional competitions				
	Grade at the final exam			30%	
	Other grades				
	Minimum requirements for promotion (for 5): Minimum attendance of the systematic activities			Promotion Requirements (for 10) - Attendance 90% - Conduct in the spirit of fair-play	
7	This discipline/module is used in the following degree programs as well :				

8	<p>Other information.</p> <p>SUGGESTIONS FOR INDIVIDUAL STUDENT ACTIVITY</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Atanasiu C. „Particularități de creștere la copii și juniori și valorificarea lor în antrenamentul sportiv”. București, 1993. 2. Boguș B. „Procesele de decizie în jocurile sportive”. Chișinău 1998. 3. Boguș B. „Reglarea și autoreglarea stărilor psihice în sportul de performanță”. Ghid metodic. Chișinău 2000. 4. Boguș B. „Educația Fizică și Sportul- componente ale pregătirii pentru învățătură, muncă și viață”. Chișinău 2002. 5. Boguș B. „Abordarea sistematică a personalității sportive”. Chișinău 2002. 6. Boguș B. „Învățarea motrică”. Material didactic. Chișinău 2008. 7. Boguș Boris, Mihail Zabulică „Introducere în domeniul activităților corporale și știința lor”. Chișinău, 2008. 8. Boguș B. „Psihologia concursului sportiv”. Chișinău 2009. 9. Butnariuc M. „Organizarea activităților sportiv – recreative”. Editura Universității din Pitești, 2001. 10. Gavrilov V. „Jocuri sportive”. Chișinău, 1998. 11. Ploșteanu C. „Etica sportivă și arta de a trăi”. Editura Fundației Universitare „Dunărea de jos”. Galați, 2006. 12. Ploșteanu C. „Activități de timp liber”. Editura Fundației Universitare „Dunărea de jos”. Galați, 2006. 13. Samuel P. „Sănătate cu orice preț”. Editura Agape. Făgăraș, 2005. 14. Zabulică M., Razumovschi E. „Fii puternic, dibaci și rezistent”. Editura „Cartea Moldovenească”. Chișinău, 1989. 15. Zabulică M. „Poliatlonul athletic”. Editura „Cartea Moldovenească”. Chișinău, 1990. 16. Zabulică M. „Alergați cu noi”. Editura „Lumina”. Chișinău, 1990. 17. Zezdin V., Zabulică M., Luca G. „Baschetul în școală”. Editura „Lumina”. Chișinău, 1993. 18. Zabulică M. „Cultura fizică medicală (Kinetoterapia) în recuperarea afecțiunilor aparatului locomotor”. Chișinău, 2009.
----------	--

Date
August 25, 2013

Signature of the course titulars

Date of Approval by the Department

Director of the Department

September 6, 2013