

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2023 - 2024

1. Date despre program

| | |
|--|--|
| 1.1. Instituția de învățământ superior | Universitatea Lucian Blaga din Sibiu |
| 1.2. Facultatea | Științe |
| 1.3. Departament | Științe ale Mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport |
| 1.4. Domeniul de studiu | Educație fizică și sport |
| 1.5. Ciclul de studii ¹ | Licență |
| 1.6. Specializarea | Sport și Performanță Motrică |

2. Date despre disciplină

| | | | |
|---------------------------------------|-----------------------------------|---|--|
| 2.1. Denumirea disciplinei | Istoria EFS | Cod | FSTI.MFE.SPM.L.TO .1.1200.C-3.3 sau 380607OU01I003 |
| 2.2. Titular activități de curs | Lect. Univ. Dr. Raul-Marian Todor | | |
| 2.3. Titular activități practice | Asist. Univ. Dr. Vladimir Turcu | | |
| 2.4. An de studiu ² | 1 | 2.5. Semestrul ³ | 1 |
| 2.6. Tipul de evaluare ⁴ | | | C |
| 2.7. Regimul disciplinei ⁵ | O | 2.8. Categoria formativă a disciplinei ⁶ | |

3. Timpul total estimat

| | | | | | |
|--|----------------|------------------|----------------|------------|--------------------|
| 3.1. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână | | | | | |
| 3.1.a.Curs | 3.1.b. Seminar | 3.1.c. Laborator | 3.1.d. Proiect | 3.1.e Alte | Total |
| 1 | | | | | 1 |
| 3.2. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – total ore din planul de învățământ | | | | | |
| 3.2.a.Curs | 3.2.b. Seminar | 3.2.c. Laborator | 3.2.d. Proiect | 3.2.e Alte | Total ⁷ |
| 14 | | | | | 14 |
| Distribuția fondului de timp pentru studiu individual⁸ | | | | | Nr.ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | 14 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 7 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 7 |
| Tutoriat ⁹ | | | | | 14 |
| Examinări ¹⁰ | | | | | 6 |
| 3.3. Total ore alocate studiului individual¹¹ ($NOSI_{sem}$) | | | | | 28 |
| 3.4. Total ore din Planul de învățământ ($NOAD_{sem}$) | | | | | 14 |
| 3.5. Total ore pe semestru¹² ($NOAD_{sem} + NOSI_{sem}$) | | | | | 42 |
| 3.6. Nr ore / ECTS | | | | | 14 |
| 3.7. Număr de credite¹³ | | | | | 3 |

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

| | |
|---|-------|
| 4.1. Discipline necesar a fi promovate anterior (de curriculum) ¹⁴ | |
| 4.2. Competențe | |

5. Condiții (acolo unde este cazul)

| | |
|--|--|
| 5.1. De desfășurare a cursului ¹⁵ | materiale didactice specifice, platforme on-line |
| 5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/alte) ¹⁶ | |

6. Competențe specifice acumulate¹⁷

| | | Număr de credite alocat disciplinei ¹⁸ | 3 | Repartizare credite pe competențe ¹⁹ |
|-------------------------------------|-----|---|---|---|
| 6.1. Competențe profesionale | CP1 | Formarea de cunoștințe generale privind istoria EFS. | | 0, 35 |
| | CP2 | Înțelegerea statutului științific al disciplinei și rolul acesteia în programul de studiu. | | 0, 35 |
| | CP3 | Manifestarea unei atitudini pozitive și responsabile față de caracterul științific al specializării educație fizică și sport. | | 0, 30 |
| | CP4 | Să opereze cu termenii și conceptele specifice educației fizice și sportului. | | 0, 25 |
| | CP5 | Să promoveze lucrul în echipă și să pună în valoare propriile cunoștințe și abilități în dezvoltarea propriei personalități. | | 0, 25 |
| | CP6 | | | |
| 6.2. Competențe transversale | CT1 | Să înțeleagă evoluția diferitelor discipline sportive de-a lungul timpului. | | 0, 75 |
| | CT2 | Să evidențieze elementele definerii ale diferitelor sisteme naționale de educație fizică și sport din Europa în comparație cu cel din România. | | 0, 50 |
| | CT3 | Utilizarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru formarea profesională prin tehnoredactarea de documente folosind limbajul specific domeniului. | | 0, 25 |

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

| | |
|----------------------------|---|
| 7.1. Obiectivul general | Contribuie la însușirea cunoștințelor de bază necesare viitorului specialist în domeniu, referitoare la apariția și evoluția educației fizice și sportului, atât pe plan mondial, cât și în țara noastră. |
| 7.2. Obiectivele specifice | Cunoașterea diferitelor etape de evoluție a formelor de practicare a exercițiilor fizice. Informarea studenților cu date referitoare la pionierii gimnasticii în Transilvania, etc. |

8. Conținuturi

| 8.1. Curs ²⁰ | Metode de predare ²¹ | Nr. ore |
|--|---------------------------------|---------|
| Curs 1 Originea și evoluția educației fizice în lumea antică. I. Sparta și Atena | prelegere | 1 |
| Curs 2 Originea și evoluția educației fizice în lumea antică. II. Roma și Egipt | prelegere | 1 |
| Curs 3 Educația fizică în Evul Mediu | prelegere | 1 |
| Curs 4 Educația fizică în timpul Renașterii | prelegere | 1 |

| | | |
|---|--------------------------|----------------|
| Curs 5 Pedagogii Școlii filantropice: Salzman, Basedow, Guths-Muths | prelegere | 1 |
| Curs 6 Gimnastica la germani înainte și după Guths-Muths | prelegere | 1 |
| Curs 7 Gimnastica la popoarele nordice | prelegere | 1 |
| Curs 8 Gimnastica în Suedia. Sistemul lui Ling | prelegere | 1 |
| Curs 9 Gimnastica în Anglia și Italia | prelegere | 1 |
| Curs 10 Educația fizică în Țara Românească | prelegere | 1 |
| Curs 11 Evoluția educației fizice în Transilvania secolului XIX | prelegere | 1 |
| Curs 12 Educația fizică în Moldova | prelegere | 1 |
| Curs 13 Originea Jocurilor Olimpice în epoca modernă | prelegere | 1 |
| Curs 14 Istoricul Jocurilor Olimpice din epoca modernă | prelegere | 1 |
| Total ore curs: | | 14 |
| 8.2. Activități practice (8.2.a. Seminar ²² / 8.2.b. Laborator ²³ / 8.2.c. Proiect ²⁴ / 8.2.d. Alte act.practice ²⁵) | Metode de predare | Nr. ore |
| Act.1 | | |
| Act.2 | | |
| Act.3 | | |
| Act.4 | | |
| Act.5 | | |
| Act.6 | | |
| Act.7 | | |
| Act.8 | | |
| Act.9 | | |
| Act.10 | | |
| Act.11 | | |
| Act.12 | | |
| Act.13 | | |
| Act.14 | | |
| Total ore seminar/laborator | | |

9. Bibliografie

| | |
|---|--|
| 9.1. Referințe bibliografice recomandate | N. Postolache, <i>Istoria sportului românesc în date</i> , Editura Junimea, Iași, 1979. |
| | Raul-Marian Todor, <i>File din istoria olimpismului</i> , Editura Astra Museum, Sibiu, 2015. |
| | Dionisie Turcu, <i>File din istoria educației fizice și sportului din România</i> , Editura Universității „Lucian Blaga” din Sibiu, 1997. |
| | Dionisie Turcu, <i>Istoria educației fizice și sportului din România</i> , Editura Universității „Lucian Blaga” din Sibiu, 1997. |
| | Dionisie Turcu, <i>Istoria educației fizice din Transilvania, secolul XV până la sfârșitul secolului XIX</i> , Editura Universității „Lucian Blaga” din Sibiu, 2004. |
| 9.2. Referințe bibliografice suplimentare | I. Todan, T. Roibu, <i>Simpozionul științific balcanic de istoria educației fizice și sportului</i> , Editura Crater, București, 1994. |



| | |
|--|--|
| | Raul-Marian Todor, <i>File din istoria educației fizice școlare din România</i> , Editura Astra Museum, Sibiu, 2016. |
| | A. Vrabie, <i>Jocurile Olimpice</i> , Editura Sport-Turism, București, 1975. |
| | |
| | |

10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului²⁶

.....

11. Evaluare

| Tip activitate | 11.1 Criterii de evaluare | 11.2 Metode de evaluare | | 11.3 Pondere din nota finală | Obs. ²⁷ |
|--|--|---|---------------|------------------------------|--------------------|
| 11.4a Examen / Colocviu | <ul style="list-style-type: none"> Cunoștințe teoretice și practice însușite (cantitatea, corectitudinea, acuratețea) | Teste pe parcurs ²⁸ : | 15 % | 70 % (minim 5) | CPE |
| | | Teme de casă: | % | | |
| | | Alte activități ²⁹ : | % | | |
| | | Evaluare finală: | 55 % (min. 5) | | |
| 11.4b Seminar | <ul style="list-style-type: none"> Frecvența/relevanța intervențiilor sau răspunsurilor | Evidența intervențiilor, portofoliu de lucrări (referate, sinteze științifice) | | 30 % (minim 5) | |
| 11.4c Laborator | <ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea aparatului, a modului de utilizare a instrumentelor specifice; evaluarea unor instrumente sau realizări, prelucrarea și interpretarea unor rezultate | <ul style="list-style-type: none"> Chestionar scris Răspuns oral Caiet de laborator, lucrări experimentale, referate etc. Demonstrație practică | | % (minim 5) | |
| 11.4d Proiect | <ul style="list-style-type: none"> Calitatea proiectului realizat, corectitudinea documentației proiectului, justificarea soluțiilor alese | <ul style="list-style-type: none"> Autoevaluarea, prezentarea și/sau susținerea proiectului Evaluarea critică a unui proiect | | % (minim 5) | |
| 11.5 Standard minim de performanță ³⁰ | | | | | |

Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu CES (persoane cu dizabilități și persoane cu potențial înalt), în funcție de tipul și gradul acestora, la nivelul tuturor elementelor curriculare (competențe, obiective, conținuturi, metode de predare, evaluare alternativă), pentru a asigura șanse echitabile în pregătirea academică a tuturor studenților, acordând atenție sporită nevoilor individuale de învățare.

Data completării: 29.09.2023

Data avizării în Departament: 10.10.2023

| | Grad didactic, titlul, prenume, numele | Semnătura |
|-------------------------------|--|-----------|
| Titular disciplină | Lect. Univ. Dr. Raul-Marian Todor | |
| Responsabil program de studii | Lect. Univ. Dr. Ioan Hășmășan | |
| Director Departament | Lect. Univ. Dr. Voichița Gheoca | |

¹ Licență / Master

² 1-4 pentru licență, 1-2 pentru master

³ 1-8 pentru licență, 1-3 pentru master

⁴ Examen, colocviu sau VP A/R – din planul de învățământ

⁵ Regim disciplină: O=Disciplină obligatorie; A=Disciplină opțională; U=Facultativă

⁶ Categoria formativă: S=Specialitate; F=Fundamentală; C=Complementară; I=Asistată integral; P=Asistată parțial; N=Neasistată

⁷ Este egal cu 14 săptămâni x numărul de ore de la punctul 3.1 (similar pentru 3.2.a.b.c.d.e.)

⁸ Linii de mai jos se referă la studiul individual; totalul se completează la punctul 3.37.

⁹ Între 7 și 14 ore

¹⁰ Între 2 și 6 ore

¹¹ Suma valorilor de pe liniile anterioare, care se referă la studiul individual.

¹² Suma (3.5.) dintre numărul de ore de activitate didactică directă (NOAD) și numărul de ore de studiu individual (NOSI) trebuie să fie egală cu numărul de credite alocate disciplinei (punctul 3.7) x nr. ore pe credit (3.6.)

¹³ Numărul de credit se calculează după formula următoare și se rotunjește la valori vecine întregi (fie prin micșorare fie prin majorare)

$$\text{Nr. credite} = \frac{\text{NOCpSpD} \times C_C + \text{NOApSpD} \times C_A}{\text{TOCpSdP} \times C_C + \text{TOApSdP} \times C_A} \times 30 \text{ credite}$$

Unde:

- NOCpSpD = Număr ore curs/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- NOApSpD = Număr ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- TOCpSdP = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSdP = Număr total ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână din plan
- C_C/C_A = Coeficienți curs/aplicații calculate conform tabelului

| Coeficienți | Curs | Aplicații (S/L/P) |
|---------------------|------|-------------------|
| Licență | 2 | 1 |
| Master | 2,5 | 1,5 |
| Licență lb. străină | 2,5 | 1,25 |

¹⁴ Se menționează disciplinele obligatorii a fi promovate anterior sau echivalente

¹⁵ Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line etc.

¹⁶ Tehnică de calcul, pachete software, standuri experimentale, platforme on-line etc.

¹⁷ Competențele din Grilele aferente descrierii programului de studii, adaptate la specificul disciplinei

¹⁸ Din planul de învățământ

¹⁹ Creditele alocate disciplinei se distribuie pe competențe profesionale și transversale în funcție de specificul disciplinei

²⁰ Titluri de capitole și paragrafe

²¹ Expunere, prelegere, prezentare la tablă a problematicei studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții (pentru fiecare capitol, dacă este cazul)

²² Discuții, dezbateri, prezentare și/sau analiză de lucrări, rezolvare de exerciții și probleme etc.

²³ Demonstrație practică, exercițiu, experiment etc.

²⁴ Studiu de caz, demonstrație, exercițiu, analiza erorilor etc.

²⁵ Alte tipuri de activități practice specifice

²⁶ Legătura cu alte discipline, utilitatea disciplinei pe piața muncii

²⁷ CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală; N/A – nu se aplică

²⁸ Se va preciza numărul de teste și săptămânile în care vor fi susținute.

²⁹ Cercuri științifice, concursuri profesionale etc.

³⁰ Se particularizează la specificul disciplinei standardul minim de performanță din grila de competențe a programului de studii, dacă este cazul.