

## 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 <sup>1</sup>	Licență
1.6. Specializarea	Educație fizică și sport

### 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 <sup>2</sup>	1	2.5. Semestrul <sup>3</sup>	1
2.6. Tipul de evaluare <sup>4</sup>			C
2.7. Regimul disciplinei <sup>5</sup>	O	2.8. Categoria formativă a disciplinei <sup>6</sup>	....

### 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 <sup>7</sup>
14					14
<b>Distribuția fondului de timp pentru studiu individual<sup>8</sup></b>					<b>Nr.ore</b>
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 <sup>9</sup>					14
Examinări <sup>10</sup>					6
<b>3.3. Total ore alocate studiului individual<sup>11</sup> (<math>NOSI_{sem}</math>)</b>					<b>28</b>
<b>3.4. Total ore din Planul de învățământ (<math>NOAD_{sem}</math>)</b>					<b>14</b>
<b>3.5. Total ore pe semestru<sup>12</sup> (<math>NOAD_{sem} + NOSI_{sem}</math>)</b>					<b>42</b>
<b>3.6. Nr ore / ECTS</b>					<b>14</b>
<b>3.7. Număr de credite<sup>13</sup></b>					<b>3</b>

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

4.1. Discipline necesar a fi promovate anterior (de curriculum) <sup>14</sup>	.....
4.2. Competențe	

**5. Condiții** (acolo unde este cazul)

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

**6. Competențe specifice acumulate<sup>17</sup>**

		Număr de credite alocate disciplinei <sup>18</sup>	3	Repartizare credite pe competențe <sup>19</sup>
<b>6.1. Competențe profesionale</b>	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			
<b>6.2. Competențe transversale</b>	CT1	Să înțeleagă evoluția diferitelor discipline sportive de-a lungul timpului.		0, 75
	CT2	Să evidențieze elementele definitorii 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**

<b>8.1. Curs<sup>20</sup></b>	<b>Metode de predare<sup>21</sup></b>	<b>Nr. ore</b>
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
<b>Total ore curs:</b>		<b>14</b>
<b>8.2. Activități practice</b> (8.2.a. Seminar <sup>22</sup> / 8.2.b. Laborator <sup>23</sup> / 8.2.c. Proiect <sup>24</sup> / 8.2.d. Alte act.practice <sup>25</sup> )	<b>Metode de predare</b>	<b>Nr. ore</b>
Act.1		
Act.2		
<b>Total ore seminar/laborator</b>		

## 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 programului<sup>26</sup>

<p>...</p> <p>.....</p>
-------------------------



## 11. Evaluare

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

**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: 07.10.2023

Data avizării în Departament: 10.10.2023

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

<sup>1</sup> Licență / Master

<sup>2</sup> 1-4 pentru licență, 1-2 pentru master

<sup>3</sup> 1-8 pentru licență, 1-3 pentru master

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

<sup>5</sup> Regim disciplină: O=Disciplină obligatorie; A=Disciplină opțională; U=Facultativă

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

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

<sup>8</sup> Liniile de mai jos se referă la studiul individual; totalul se completează la punctul 3.37.

<sup>9</sup> Între 7 și 14 ore

<sup>10</sup> Între 2 și 6 ore

<sup>11</sup> Suma valorilor de pe liniile anterioare, care se referă la studiul individual.

<sup>12</sup> 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.)

<sup>13</sup> 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<sub>C</sub>/C<sub>A</sub> = 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

<sup>14</sup> Se menționează disciplinele obligatorii a fi promovate anterior sau echivalente

<sup>15</sup> Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line etc.

<sup>16</sup> Tehnică de calcul, pachete software, standuri experimentale, platforme on-line etc.

<sup>17</sup> Competențele din Grilele aferente descrierii programului de studii, adaptate la specificul disciplinei

<sup>18</sup> Din planul de învățământ

<sup>19</sup> Creditele alocate disciplinei se distribuie pe competențe profesionale și transversale în funcție de specificul disciplinei

<sup>20</sup> Titluri de capitole și paragrafe

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

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

<sup>23</sup> Demonstrație practică, exercițiu, experiment etc.

<sup>24</sup> Studiu de caz, demonstrație, exercițiu, analiza erorilor etc.

<sup>25</sup> Alte tipuri de activități practice specifice

<sup>26</sup> Legătura cu alte discipline, utilitatea disciplinei pe piața muncii

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

<sup>28</sup> Se va preciza numărul de teste și săptămânile în care vor fi susținute.

<sup>29</sup> Cercuri științifice, concursuri profesionale etc.

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