



## FIȘA DISCIPLINEI

### Istoria educației fizice și sportului, anul universitar 2025-2026

#### 1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București, Centrul Universitar Pitești
1.2	Facultatea	Științe, Educație Fizică și Informatică
1.3	Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4	Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5	Ciclul de studii	Master
1.6	Programul de studiu / calificarea	Activități motrice curriculare și extracurriculare / Profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar

#### 2. Date despre disciplină

2.1	Denumirea disciplinei	Istoria educației fizice și sportului
2.2	Titularul activităților de curs	Lect.univ.dr. Mateescu Adriana
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator	Lect.univ.dr. Mateescu Adriana
2.4	Anul de studii	II
2.5	Semestrul	I
2.6	Tipul de evaluare	E
2.7	Regimul disciplinei	DA

#### 3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	2	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	1
3.4	Total ore din planul de învăț.	28	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	14
<b>Distribuția fondului de timp alocat studiului individual</b>								ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								35
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								30
Tutorat								10
Examinări								10
Alte activități .....								7
3.7	Total ore studiu individual	122						
3.8	Total ore pe semestru	150						
3.9	Număr de credite	6						

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

4.1	de curriculum	Nu este cazul
4.2	de rezultate ale învățării	Nu este cazul

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

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs cu dotări adecvate: acces la internet și echipamente multimedia.
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală de seminar cu aparatură multi-media.

#### 6. Obiectivele disciplinei

6.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea cunoștințelor privind fenomenul sportiv de-a lungul timpului și relația de cauzalitate cu educația fizică contemporană.
6.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"><li>Cunoașterea principalelor sisteme de educație fizică</li><li>Cunoașterea apariției și evoluției exercițiului fizic de-a lungul timpului</li><li>Dobândirea competenței de argumentare a rolului educației fizice la nivelul altor discipline din planul cadru de învățământ</li></ul>

#### 7. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"><li>C2. Ajută elevii în învățarea lor;</li><li>C5. Adaptează predarea la capacitățile elevului;</li><li>C7. Menține legătura cu personalul educational.</li></ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"><li>C.T. 1. lucrează în echipe</li><li>C.T. 2. își menține aptitudinile fizice</li></ul>

#### 8. Rezultatele învățării



Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"><li>Identifică factorii care influențează învățarea în educația fizică și sport, inclusiv motivația, retenția, transferul și autoreglarea</li><li>Înțelegerea principiilor de diferențiere pedagogică și aplicarea metodelor moderne de instruire diferențiată și adaptativă în educația fizică și sport.</li><li>Identifica cele mai bune practici pentru integrarea educației fizice în cadrul curriculumului general al instituțiilor de învățământ.</li></ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"><li>Utilizarea tehnicilor de comunicare eficientă pentru a motiva elevii în procesul de învățare.</li><li>Aplicarea unor strategii didactice flexibile pentru a răspunde nevoilor individuale ale elevilor.</li><li>Dezvoltarea capacității de a comunica eficient și de a colabora cu profesorii, antrenorii și alți specialiști din domeniul educației fizice și sportului.</li></ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"><li>Crearea unui mediu de învățare incluziv și favorabil dezvoltării competențelor fizice și psihomotrice.</li><li>Dezvoltarea inițiativei pentru utilizarea tehnologiilor moderne în susținerea procesului educațional sportiv</li><li>Promovarea unui sistem de predare adaptiv, bazat pe feedback constant și ajustarea obiectivelor de învățare.</li><li>Dezvoltarea unui mediu educațional bazat pe colaborare, sprijin reciproc și parteneriate interinstituționale</li></ul>

## 9. Conținuturi

9.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Introducere în istoria educației fizice și sportului		Prelegerea participativă, dezbateră, exemplificarea, exercițiul de reflecție, conversația euristică.	Laptop, Videoproector.
2	Educația fizică în Grecia antică			
3	Educația fizică în Roma antică			
4	Educația fizică în evul mediu			
5	Reintroducerea educației fizice în școală			
6	Educație fizică în România			
7	Jocurile Olimpice Moderne			
Bibliografie				
1. Cacian, D. (2017). Mișcarea Olimpică de la antichitate la modernism. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 20-20).				
2. Ciapa, G. C. (2018). EXERCITIUL FIZIC–PAGINI DE ISTORIE INTERNAȚIONALĂ ȘI NAȚIONALĂ. <i>Buletinul Universității Naționale de Apărare» Carol I</i> «, (01), 72-79.				
3. Cojanu F., (2014). Istoria educatiei fizice si sportului, Ed. Tiparg, Pitesti				
4. Dervici, A., & Budevici-Puiu, A. (2020). Istoria utilizării tehnologiilor informaționale și a comunicațiilor în sport. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 204-211).				
5. Grosu, V. (2022). Jocurile olimpice—eveniment social sportiv. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 151-159).				
6. <a href="https://www.academia.edu/28148353/ISTORIA_EDUCAȚIEI_FIZICE_ȘI_SPORTULUI">https://www.academia.edu/28148353/ISTORIA_EDUCAȚIEI_FIZICE_ȘI_SPORTULUI</a>				
7. Josanu, E., (2017). Cartea Jocurile olimpice, Editura ARC., București				
8. Liușnea, C. Ș. (2022). Aspecte mai puțin cunoscute despre originea Jocurilor Olimpice moderne. <i>TEOLOGIE ȘI EDUCAȚIE LA DUNĂREA DE JOS</i> , 20(20), 407-424.				
9. Mateescu A., (2024). Istoria educației fizice și sportului – Note de curs				
10. Stratulat, S., Budevici-Puiu, A., & Dorgan, V. (2020). Istoria dezvoltării fitnessului ca formă de activitate motrice a populației. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 402-410).				
11. Toma - Urichianu, S., (2014). Istoria educatiei fizice si sportului de la vechile civilizatii la epoca moderna Ed. Bren				
12. Turcu, D. V. (2019). <i>Istoria educației fizice școlare și a asociațiilor sportive în Transilvania, de la începuturi până la mijlocul secolului XX</i> (Doctoral dissertation).				
9.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Exercițiu fizic în comuna primitivă		Explicația, demonstrația, exercițiul. Lucrul în grup, discuția, dezbateră. Dialogul, conversația, reprezentare foto și video	În cadrul primei lecții se stabilesc condițiile de promovare. Laptop.
2	Jocurile Olimpice Antice			
3	Educația fizică în timpul Iluminismului			
4	Principalele sisteme de educație fizică			
5	Olimpismul			
6	Evoluția sportului românesc			
7	Edițiile Jocurilor Olimpice Moderne			
Bibliografie				
1. Cacian, D. (2017). Mișcarea Olimpică de la antichitate la modernism. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 20-20).				
2. Ciapa, G. C. (2018). EXERCITIUL FIZIC–PAGINI DE ISTORIE INTERNAȚIONALĂ ȘI NAȚIONALĂ. <i>Buletinul Universității Naționale de Apărare» Carol I</i> «, (01), 72-79.				
3. Cojanu F., (2014). Istoria educatiei fizice si sportului, Ed. Tiparg, Pitesti				
4. Dervici, A., & Budevici-Puiu, A. (2020). Istoria utilizării tehnologiilor informaționale și a comunicațiilor în sport. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 204-211).				
5. Grosu, V. (2022). Jocurile olimpice—eveniment social sportiv. In <i>Sport. Olimpism. Sănătate</i> (pp. 151-159).				
6. <a href="https://www.academia.edu/28148353/ISTORIA_EDUCAȚIEI_FIZICE_ȘI_SPORTULUI">https://www.academia.edu/28148353/ISTORIA_EDUCAȚIEI_FIZICE_ȘI_SPORTULUI</a>				



7. Josanu, E., (2017). Cartea Jocurile olimpice, Editura ARC., București
8. Liuşnea, C. Ş. (2022). Aspecte mai puțin cunoscute despre originea Jocurilor Olimpice moderne. *TEOLOGIE ȘI EDUCAȚIE LA DUNĂREA DE JOS*, 20(20), 407-424.
9. Mateescu A., (2024). Istoria educației fizice și sportului – Note de curs
10. Stratulat, S., Budevici-Puiu, A., & Dorgan, V. (2020). Istoria dezvoltării fitnessului ca formă de activitate motrice a populației. In *Sport. Olimpism. Sănătate* (pp. 402-410).
11. Toma - Urchianu, S., (2014). Istoria educației fizice și sportului de la vechile civilizații la epoca modernă Ed. Bren
12. Turcu, D. V. (2019). *Istoria educației fizice școlare și a asociațiilor sportive în Transilvania, de la începuturi până la mijlocul secolului XX* (Doctoral dissertation).

**10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori din domeniul aferent programului**

Corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul știința sportului și educației fizice.

Competențele care vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului liceal și postliceal.

Notă: În cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacție al reprezentanților comunității academice și al angajatorilor față de competențele profesionale și transversale dobândite de către absolvenții programelor de studiu *Activități Motrice Curriculare și Extracurriculare*.

**11. Evaluare**

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare	11.3 Puncte pe activitate
<b>11.4 Curs</b>	Calitatea, gradul de asimilare a terminologiei de specialitate și coerența tratării subiectului: prezentarea unui eveniment sportiv relevant și a unui sportiv olimpic preferat.	Evaluare orală	50
<b>11.5 Seminar / Laborator / Tema de casă</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Participarea activă la orele de seminar; pregătirea temelor;</li><li>Intervențiile studenților pe parcursul seminarului</li></ul>	Evaluare orală Prezentări, dezbateri	30 20
<b>11.6. Condiții de promovare</b> Punctajul minim pentru promovarea disciplinei este de 50 puncte. Punctajul total se transformă în notă întreagă prin împărțire la 10 și rotunjire. Studentul trebuie să participe la evaluarea finală, în regim față în față, fără impunerea unui punctaj minim la evaluarea finală.			

Data completării  
30 septembrie 2024

Titular de curs,  
Lect.univ.dr. Mateescu Adriana  
Adriana

Titular de seminar / laborator,  
Lect.univ.dr. Mateescu

Data aprobării în Consiliul departamentului,  
30 septembrie 2024

Director de departament,  
(prestator)  
Conf.univ.dr. MIHĂILESCU Liviu

Director de departament,  
(beneficiar),  
Conf.univ.dr. MIHĂILESCU Liviu

Data aprobării în Consiliul FSEFI,

Decan FSEFI,  
Conf.univ.dr. Julien Leonard FLEANCU