



FIȘA DISCIPLINEI

ISTORIE ȘI OLIMPISM 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	ORGANIZARE SI CONDUCERE ÎN SPORT COMPETIȚIONAL/ profesor de educatie fizica si sport in invatamantul secundar

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei											
2.1	Denumirea disciplinei					ISTORIE SI OLIMPISM					
2.2	Titularul activităților de curs					Lect. univ. dr Amzar Luminita					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					Lect. univ. dr Amzar Luminita					
2.4	Anul de studii	II	2.5	Semestrul	IV	2.6	Tipul de evaluare	V	2.7	Regimul disciplinei	Ob

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	2
3.4	Total ore din planul de învățământ ore	42	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	28
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								15
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								10
Tutorat								2
Examinări								
Alte activități								
3.7	Total ore studiu individual	58						
3.8	Total ore pe semestru	100						
3.9	Număr de credite	4						

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1	de curriculum	
4.2	de rezultate ale învățării	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1	De desfășurare a cursului	Dotarea salii de curs cu videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Dotarea salii de curs cu videoproiector

6. Obiectivele disciplinei

6.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea cunoștințelor privind fenomenul sportiv de-a lungul timpului și relația de cauzalitate cu sportul contemporan
6.2 Obiectivele specifice	Cunoașterea principalelor repere genealogice ale diferitelor ramuri sportive; Cunoașterea apariției și evoluției exercițiului fizic de-a lungul timpului; Dobândirea competenței de argumentare a rolului sportului la nivel social și educat

7. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	CP2. Ajuta elevii în învățarea lor CP6. Menține legătura cu personalul educațional CP9. Pregătește conținutul lecției
-------------------------	---



Competențe transversale	CT2 .Gândește analitic
-------------------------	------------------------

8. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Identifica factorii care influențează învățarea în educația fizică și sport, inclusiv motivația, retenția, transferul și autoreglarea. Identifica cele mai bune practici pentru integrarea educației fizice în cadrul curriculumului general al instituțiilor de învățământ. Înțelegerea principiilor didactice și metodologice necesare pentru elaborarea conținutului unei lecții de educație fizică și sport
Aptitudini	Utilizarea tehnicilor de comunicare eficientă pentru a motiva elevii în procesul de învățare Aplicarea unor strategii diferențiate de predare pentru a sprijini elevii cu ritmuri de învățare diferite Crearea unor programe individualizate de antrenament sau instruire pentru maximizarea progresului elevilor. Dezvoltarea capacității de a comunica eficient și de a colabora cu profesorii, antrenorii și alți specialiști din domeniul educației fizice și sportului. Capacitatea de a organiza întâlniri, workshopuri și sesiuni de formare continuă pentru personalul educațional implicat în educația fizică și sport. Dezvoltarea capacității de a structura lecția în funcție de obiectivele educaționale și de nivelul elevilor/sportivilor Utilizarea tehnicilor de organizare și planificare pentru a optimiza timpul și resursele unei lecții de educație fizică.
Responsabilitate și autonomie	Asumarea responsabilității pentru îmbunătățirea continuă a procesului de predare și învățare în educația fizică și sport. Crearea unui mediu de învățare incluziv și favorabil dezvoltării competențelor fizice și psihomotrice. Dezvoltarea inițiativei pentru utilizarea tehnologiilor moderne în susținerea procesului educațional sportiv Asumarea unei culturi a cooperării și schimbului de bune practici în cadrul comunității educaționale Dezvoltarea unui mediu educațional bazat pe colaborare, sprijin reciproc și parteneriate interinstituționale. Adaptarea la schimbările din sistemul educațional prin menținerea unui dialog constant cu specialiștii din domeniu. Asumarea responsabilității pentru pregătirea unei lecții adaptate nevoilor elevilor și cerințelor curricular Crearea unui plan de lecție clar, coerent și eficient, care să sprijine progresul elevilor.

9. Conținuturi

9.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Istoria sportului Olimpic	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
2	Jocurile Olimpice antice	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
3	Mișcarea Olimpică	2	Prelegerea, explicația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
4	Jocurile Olimpice de vară	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
5	Jocurile Olimpice de iarnă	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
6	Simbolurile Olimpice	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv
7	România Olimpică	2	Prelegerea, dialogul, conversația	Scurte prezentări în power pentru stimularea exercițiului reflectiv



Bibliografie

1. Amzar, L., (2024) – Istorie și Olimpism, Suport de curs – Uz intern
2. Brennan, D., (2016) The Fundamentals of Olympic Values Education ISBN: 978-92-9149-162-9 Design: Thomas & Trotman Design Cover illustration: Bruno Santinho , Libero Language Lab International Olympic Committee, Château de Vidy, 1007 Lausanne,
3. Goldblat, D., (2017) The Games - A Global History of the Olympics, edit. WW NORTON & CO
4. Leuciuc, F., (2014) – Istoria Educației Fizice și Sportului, Edit. Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 978-973-666-415-1 Vol I – ISBN: 978-973-666-418-2
5. Leuciuc, F., (2014)- Istoria Educației Fizice și a Sportului (II) Miscarea olimpică și Jocurile Olimpice, Edit. Universității Ștefan cel Mare, Suceava, ISBN: 978-973-666-415-1
6. Lieberman, D.E., - (2024) - O istorie naturală a exercitiului fizic, edit Polirom, Pag 512
7. Slavu, O., (2024) – Opinii sportive, Editura Sport-Turism, pag 134, ISBN: 9786069415078
8. <https://olympic.md/olimpism/istoria-olimpismului/>
9. <https://elena1r.wixsite.com/efs-online/jocurile-olimpice-si-olimpismul>
10. www.historia.ro
11. www.jstor.org.
12. www.la84foundation.org.

9.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă

	Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	4	Explicația, conversația exerciții de reflecție prezentări referate dezbateri lucrul în grup	
2	4		
3	4		
4	4		
5	4		
6	4		
7	4		

Bibliografie

1. Amzar, L., (2024) – Istorie și Olimpism, Suport de curs – Uz intern
2. Brennan, D., (2016) The Fundamentals of Olympic Values Education ISBN: 978-92-9149-162-9 Design: Thomas & Trotman Design Cover illustration: Bruno Santinho , Libero Language Lab International Olympic Committee, Château de Vidy, 1007 Lausanne,
3. Goldblat, D., (2017) The Games - A Global History of the Olympics, edit. WW NORTON & CO
4. Leuciuc, F., (2014) – Istoria Educației Fizice și Sportului, Edit. Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 978-973-666-415-1 Vol I – ISBN: 978-973-666-418-2
5. Leuciuc, F., (2014)- Istoria Educației Fizice și a Sportului (II) Miscarea olimpică și Jocurile Olimpice, Edit. Universității Ștefan cel Mare, Suceava, ISBN: 978-973-666-415-1
6. Lieberman, D.E., - (2024) - O istorie naturală a exercitiului fizic, edit Polirom, Pag 512
7. Slavu, O., (2024) – Opinii sportive, Editura Sport-Turism, pag 134, ISBN: 9786069415078
8. <https://olympic.md/olimpism/istoria-olimpismului/>
9. <https://elena1r.wixsite.com/efs-online/jocurile-olimpice-si-olimpismul>
10. www.historia.ro
11. www.jstor.org.
12. www.la84foundation.org.

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante ale domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București
Centrul Universitar Pitești
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare	11.3 Puncte pe activitate
11.4 Curs	Evaluarea noțiunilor dobândite pe parcursul semestrului	Evaluare orală	20
11.5 Seminar / Laborator / Tema de casă	Tema de casă	Analiza modului de realizare a referatului	40
	Activitate seminar • Participarea activă la orele de seminar; pregătirea temelor	Evaluare orală • Prezentări, dezbateri	40
11.6. Condiții de promovare 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
30.09.2024

Titular de curs,
Lect. univ. dr Amzăr Elena Luminița

Titular de seminar / laborator,
Lect. univ. dr Amzăr Elena Luminița

Data aprobării în Consiliul departamentului,
30.09.2024

Director de departament,
(prestator)
Conf univ dr Mihăilescu Liviu

Director de departament,
(beneficiar),
Conf univ dr Mihăilescu Liviu

Data aprobării în Consiliul FSEFI,
30.09.2024

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