**fișa disciplinei**

**ISTORIE SI 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 Piteşti |
| 1.2 Facultatea | Ştiinţe, Educație Fizică și Informatică |
| 1.3 Departamentul | Educație Fizică și Sport |
| 1.4 Domeniul de studii universitare | Știința Sportului și Educației Fizice |
| 1.5Programul de studii universitare | OCS |
| 1.6 Ciclul de studii universitare | Master |
| 1.7 Limba de predare | Română |
| 1.8 Locația geografică de desfășurare a studiilor | Pitești |

**2. Date despre disciplină**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.1 Denumirea disciplinei/ | | | **ISTORIE ȘI OLIMPISM** | | | | | | | |
| 2.2 Titularul/ii activităților de curs | | | | | Amzăr Elena Luminița | | | | | |
| 2.3 Titularul/ii activităților de seminar / laborator/proiect | | | | | Amzăr Elena Luminița | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu/ | 2 | 2.5 Semestrul | | IV | | 2.6. Tipul de evaluare/ | C | | 2.7 Statutul disciplinei/ | Ob |
| 2.8 Categoria formativă | | F | | 2.9 Codul disciplinei | | | | UP.01.DAP.4.O.27.15 | | |

**3. Timpul total** (ore pe semestru al activităților didactice)/

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână/ | 2 | | Din care: 3.2 curs/ | | 1 | 3.3seminar/laborator/proiect | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ/ | 42 | | Din care: 3.5 curs/ | | 14 | 3.6 seminar/laborator/proiect | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | | | 58  ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe  Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate  Pregătire seminarii/laboratoare/proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | | | 56 |
| Tutorat | | | | | | | x |
| Examinări | | | | | | | 2 |
| Alte activități (dacă există): | | | | | | |  |
| 3.7 Total ore studiu individual | | **58** | |
| 3.8 Total ore pe semestru/ | | **100** | |
| 3.9 Numărul de credite | | **4** | |

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

|  |  |
| --- | --- |
| 4.1 de curriculum |  |
| 4.2 de rezultate ale învățării |  |

**5. Condițiinecesare pentru desfășurarea optimă a activităților didactice** (acolo unde este cazul)/

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1 de desfășurare a cursului | Dotarea sălii de curs cu videoproiector |
| 5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului/ proiectului | Dotarea sălii de seminar cu videoproiector |

**6. Obiectiv general** **-** Însuşirea cunoştinţelor privind fenomenul sportiv de-a lungul timpului şi relaţia de cauzalitate cu sportul contemporan

**7. Rezultatele învățării**

|  |  |
| --- | --- |
| Cunoștințe | * Identifica factorii care influențează învățarea în educația fizică și sport, inclusiv motivatia, retentia, 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 educațional * 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 curriculare. * Crearea unui plan de lecție clar, coerent și eficient, care să sprijine progresul elevilor |

**8. Metode de predare**

**-** Prelegerea, dialogul, conversaţia

- Explicaţia, conversatia, exerciții de reflecție prezentări referate dezbatere lucrul în grup

În activitatea de predare vor fi utilizate prelegeri, în baza unor prezentări Power Point sau diferite filmulețe care vor fi puse la dispoziția studenților. Fiecare curs va debuta cu recapitularea capitolelor deja parcurse, cu accent asupra noțiunilor parcurse la ultimul curs.

**9. Conținuturi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CURS** | | |
| **Capitolul** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| **1** | Istoria sportului  Olimpism | **2** |
| **2** | Jocurile Olimpice antice | **2** |
| **3** | Mișcarea Olimpica | **2** |
| **4** | Jocurile Olimpice de vara | **2** |
| **5** | Jocurile Olimpice de iarnă | **2** |
| **6** | Simbolurile Olimpice | **2** |
| **7** | România Olimpică | **2** |
|  | **Total** | **14** |
| Bibliografie:   1. Amzăr, L., (2025) – 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 Educatiei Fizice si Sportului, Edit.Universitatii Stefan cel Mare, Suceava, 978-973-666-415-1 Vol I – ISBN: 978-973-666-418-2 5. Leuciuc, F., (2014)- Istoria Educatiei Fizice si a Sportului (II) Miscarea olimpica si Jocurile Olimpice, Edit.Universitatii Stefan cel Mare, Suceava**, ISBN: 978-973-666-415-1** 6. Lieberman, D.E., - (2024) - O istorie naturala a exercitiului fizic, edit Polirom, Pag 512 7. Slavu, O., (2024) – Opinii sportive, [Editura Sport-Turism](https://www.librarie.net/cautare-rezultate.php?editura_id=71&_gl=1*19anz7n*_up*MQ..*_gs*MQ..&gclid=Cj0KCQiA4-y8BhC3ARIsAHmjC_GnttlrLxyYhqaSfG4kanma9HScei_C0ytOzF7ePgZdG7a1z0H1EioaAr95EALw_wcB), 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](http://www.historia.ro) 11. [www.jstor.org](http://www.jstor.org). 12. [www.la84foundation.org](http://www.la84foundation.org). | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LABORATOR/ SEMINAR/PROIECT** | | |
| **Nr. crt.** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| 1. | Istoria sportului | 4 ore |
| 2. | Desfasurarea si evolutia Jocurilor Olimpice Antice | 4 ore |
| 3. | Evoluția ideii olimpice în România | 4 ore |
| 4. | Istoria Educației fizice în România | 4 ore |
| 5. | Participarea României la Jocurile Olimpice | 4 ore |
| 6. | Sportivi reprezentativi ai sportului romanesc la Jocurile Olimpice | 4 ore |
| 7. | Sustinerea referatului | 4 ore |
|  | **Total:** | **28** |
| Bibliografie:   1. Amzar, L., (2025) – 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 Educatiei Fizice si Sportului, Edit.Universitatii Stefan cel Mare, Suceava, 978-973-666-415-1 Vol I – ISBN: 978-973-666-418-2 5. Leuciuc, F., (2014)- Istoria Educatiei Fizice si a Sportului (II) Miscarea olimpica si Jocurile Olimpice, Edit.Universitatii Stefan cel Mare, Suceava, **ISBN: 978-973-666-415-1** 6. Lieberman, D.E., - (2024) - O istorie naturala a exercitiului fizic, edit Polirom, Pag 512 7. Slavu, O., (2024) – Opinii sportive, [Editura Sport-Turism](https://www.librarie.net/cautare-rezultate.php?editura_id=71&_gl=1*19anz7n*_up*MQ..*_gs*MQ..&gclid=Cj0KCQiA4-y8BhC3ARIsAHmjC_GnttlrLxyYhqaSfG4kanma9HScei_C0ytOzF7ePgZdG7a1z0H1EioaAr95EALw_wcB), 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](http://www.historia.ro) 11. [www.jstor.org](http://www.jstor.org). 12. [www.la84foundation.org](http://www.la84foundation.org). | | |

**10. Evaluare**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
| 10.4 Curs | Evaluarea noțiunilor dobândite pe parcursul semestrului | Evaluare orală | 30 |
| 10.5 Seminar/laborator/  proiect | Tema de casă | Analiza modului de realizare a  referatului | 40 |
| Activitate seminar   * Participarea activă la orele de seminar; pregătirea temelor | Evaluare orală   * Prezentări, dezbateri | 30 |
| 10.6 Condiții de promovare | | | |
| * Obținerea a 50 % din punctajul total   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  28.09.2025 | Titular de curs  Amzar Elena Luminita | Titular(ii) de aplicații  Amzar Elena Luminita |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Data avizării în departament  29.09.2025 | Director de departament  Mihăilescu Liviu  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | |
|  |  | |
| Data aprobării în Consiliul Facultății  29.09.2025 | Decan  Fleancu Julien Leonard | |