



MINISTERUL EDUCAȚIEI  
UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD  
310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR  
Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070  
<http://www.uav.ro>; e-mail: [rectorat@uav.ro](mailto:rectorat@uav.ro)  
Operator de date cu caracter personal nr.2929

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Anul universitar	2021-2022
1.6. Ciclul de studii	Master
1.7. Specializarea / Programul de studii	Sport și Performanță Motrică
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BmCA3O01 Modelarea în educația fizică și sportul de performanță
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Andrei Vasile Liviu
2.3. Asistent	doctor Bulzan Claudiu Octavian
2.4. Anul de studiu	2
2.5. Semestrul	1
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână	2
3.2. Ore de curs pe săptămână	1
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	28
3.5. Ore de curs pe semestru	14
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	14
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	40
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20

3.4.4. Tutoriat	20
3.4.5. Examinări	2
3.4.6. Alte activități ...	35
3.7. Total ore studiu individual	147
3.8. Total ore pe semestru	28
3.9. Numărul de credite	7

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

4.1. Precondiții de curriculum	nu este cazul
4.2. Precondiții de competențe	nu este cazul

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

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	Sala de curs dotată cu aparatură de video-proiecție
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	Sală de curs dotată cu aparatură de video-proiecție
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

#### 6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	<b>CP1 Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientarea interdisciplinară. (2 cr)</b> <b>CP3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor și modelelor specifice pe ramură de sport (2 cr)</b> <b>CP4 Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport (1 cr)</b>
6.2. Competențe transversale	<b>CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/de pregătire/competiție (1 cr)</b> <b>CT3 Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală (1 cr)</b>

#### 7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<b>Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor specifice lecției de educație fizică și a ramurilor sportive</b>
7.2. Obiectivele specifice	<b>Dobândirea cunoștințelor teoretice specifice lecției de educație fizică și a ramurilor sportive</b> <b>Învățarea și perfecționarea exercițiilor din diferite ramuri sportive în parametri tehnici și de performanță;</b> <b>Însușirea metodicii de predare a exercițiilor din lecția de educație fizică și sport;</b> <b>Dezvoltarea calităților motrice necesare practicării exercițiilor fizice.</b>

#### 8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
1. Definirea conceptelor de model - modelare. 2. Tipuri și clasificare; 3. Modelarea educației fizice și sportului –	Prelegerea, expunerea	2 - 4 ore/temă

Axiome; 4. Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național; 5. Educația fizică și sportul de performanță - sistem cibernetic (ierarhizat); 6. Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. 7. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. 8. Determinarea modelelor în antrenamentul sportiv modern pentru diferite categorii de sportivi		
<b>8.2 Bibliografie Curs</b>  <b>1. FEKETE J. Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri, Edit. Librăriile Crihan, Oradea, 1991</b> <b>2. GRIGORE V. Gimnastica. Manual pentru cursul de bază, Edit. Bren, București , 2003</b> <b>3. HIDI J. Gimnastica de bază. Gimnastica în ramurile sportive, ANEFS, București, 1999</b> <b>4. SOLOMON M, GRIGORE V., BEDO C., Gimnastica, Tipografia Dom-Impex, Târgoviște 1996</b> <b>5. STROESCU A &amp; PODLAHA R., Terminologia gimnasticii, Edit. Stadion, București 1974</b>		
<b>8.3 Conținut Seminar</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
1. Educația fizică și sportul de performanță - fenomen social la nivel național; 2. Educația fizică și sportul de performanță – sistem cibernetic (ierarhizat). 3. Modele operaționale în educație fizică și sport de performanță. 4. Modelarea pe baze informatice în educație fizică și sport de performanță. 5. Modelarea în gimnastica artistică 6. Modelarea în atletism; 7. Modelarea în handbal, fotbal, volei, baschet; 8. Modelarea în lecția de educație fizică și sport.	Demonstrație, explicație	3-5 ore/temă
<b>8.4 Bibliografie Seminar</b>  <b>FEKETE J. Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri, Edit. Librăriile Crihan, Oradea, 1991</b> <b>2. GRIGORE V. Gimnastica. Manual pentru cursul de bază, Edit. Bren, București , 2003</b> <b>3. HIDI J. Gimnastica de bază. Gimnastica în ramurile sportive, ANEFS, București, 1999</b> <b>4. SOLOMON M, GRIGORE V., BEDO C., Gimnastica, Tipografia Dom-Impex, Târgoviște 1996</b> <b>5. STROESCU A &amp; PODLAHA R., Terminologia gimnasticii, Edit. Stadion, București 1974</b>		
<b>8.5 Conținut Laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<b>8.6 Bibliografie Laborator</b>		
<b>8.7 Conținut Proiect</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<b>8.8 Bibliografie Proiect</b>		

**9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei (acolo unde este cazul)**

<p><b>Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter pragmatic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul educației fizice și sportului, încadrabili la nivel de: Unități ale Ministerului Educației Cercetării Tineretului și Sportului, Unități ale Federației „Sportul pentru Toți”, Ministerului Apărării, Asociații și cluburi sportive, Centre de sănătate, destindere și petrecerea timpului liber, Centre de plasament, Fundații, firme, Centre turistice, Tabere, centre de joacă și recreere, etc.</b></p>
--

**10. Evaluare (acolo unde este cazul)**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	<b>Evaluarea cunoștințelor acumulate</b>	Evaluarea examenului scris din materia teoretică predată la curs: Examenul scris va cuprinde 3 (trei) întrebări din materia teoretică predată la curs;	60%
10.2. Seminar	<b>Elaborarea unui referat cu teme din specialitate</b>	Referat Elaborarea unui referat (pe suport magnetic și hârtie) care trebuie să conțină un model de pregătire pentru activități specifice educației fizice	40%
10.3. Laborator			

10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță  <b>Minim 7 prezente la lucrările practice, răspunsuri de nota 5 la examenul practic</b>			

Titular  
doctor Andrei Vasile  
Liviu

Asistent  
doctor Bulzan Claudiu  
Octavian

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI