



**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	<b>UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD</b>
1.2. Facultatea	<b>de Educație Fizică și Sport</b>
1.3. Departamentul	<b>Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Știința Sportului și Educației Fizice</b>
1.5. Anul universitar	<b>2022-2023</b>
1.6. Ciclu de studii	<b>Master</b>
1.7. Specializarea / Programul de studii	<b>Activități motrice curriculare și extracurriculare</b>
1.8. Forma de învățământ	<b>Învățământ cu frecvență (IF)</b>

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>BmBA2010 Elemente de organizare a competițiilor atletice în școală</b>
2.2. Titular Plan învățământ	<b>doctor Dulceanu Corina Ramona</b>
2.3. Asistent	<b>doctor Dulceanu Corina Ramona</b>
2.4. Anul de studiu	<b>1</b>
2.5. Semestrul	<b>2</b>
2.6. Tipul de evaluare	<b>ES</b>
2.7. Regimul disciplinei	<b>Ob</b>

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>2</b>
3.2. Ore de curs pe săptămână	<b>1</b>
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	<b>1</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>
3.5. Ore de curs pe semestru	<b>14</b>
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	<b>14</b>
<b>Distribuția fondului de timp [Ore]</b>	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	<b>20</b>

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	15
3.4.4. Tutoriat	10
3.4.5. Examinări	8
3.4.6. Alte activități ...	34
3.7. Total ore studiu individual	97
3.8. Total ore pe semestru	28
3.9. Numărul de credite	5

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

4.1. Precondiții de curriculum	
4.2. Precondiții de competențe	

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

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	Sală de curs cu retroproiector
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	Teren de atletism, sală de sport, materiale și instalații specifice
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

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

6.1. Competențe profesionale	<p><b>Cp3. Organizarea și desfășurarea activităților pentru creșterea nivelului pregătirii la diversele categorii de vârstă și sociale, în funcție de solicitări și nevoi, în scopul creșterii și/sau menținerii sănătății persoanei (1 credit)</b></p> <p><b>Cp4. Orientarea solicitanților privind organizarea și gestionarea timpului liber în direcția practicării mijloacelor educației fizice și sportului, prin promovarea unor activități atractive și eficiente (1 credit)</b></p> <p><b>Cp6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice activităților fizice curriculare și extracurriculare.(1 credit)</b></p>
6.2. Competențe transversale	<p><b>Ct1. Organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. (2 credite)</b></p>

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<p><b>1. Formarea competențelor teoretice și practico-metodice pentru organizarea eficientă a competițiilor atletice școlare.</b></p> <p><b>2. Conștientizarea masteranzilor în privința importanței practicării exercițiilor fizice în sistem competițional, ca parte integrantă a acțiunii educaționale, ca imperativ al societății moderne.</b></p>
7.2. Obiectivele specifice	<p><b>1. Capacitarea masteranzilor cu noțiuni științifice de organizare a competițiilor sportive școlare.</b></p>

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

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
1. Analiza calendarului competițional școlar privind organizarea concursurilor atletice 2. Triatlonul și tetratlonul athletic școlar. Aspecte organizatorice 3. Crosul elevilor. Aspecte organizatorice 4. Pentatlonul athletic școlar. Aspecte organizatorice 5. Crosul elevilor de liceu. Aspecte organizatorice 6. "Micul atlet". Aspecte organizatorice 7. Susținere referat: Organizarea unei competiții atletice școlare	Expunere, prelegere, discuții interactive	Fiecare temă de curs are alocate câte 2 ore
<b>8.2 Bibliografie Curs</b> <b>1. Galea, I., - Bazele atletismului, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2009;</b> <b>2. Dulceanu, C., - Note de curs revizuite (format electronic), 2022;</b> <b>3. Dulceanu, C. – Jocuri pregătitoare pentru inițierea în atletism, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2014</b> <b>4. Macri C. – Atletismul pentru școlari, Editura Universității din Pitești, 2002;</b> <b>5. Macri C. – Terenuri, instalații, materiale și regulamente de atletism, Editura Universității din Pitești, 2001</b> <b>6. Mihailescu L., Mihailescu N., - Atletism în sistem educațional, Editura Universității din Pitești, 2006;</b> <b>7. Mihailescu N., Mihailescu L. – Instruirea programată în atletism, Editura Universității din Pitești, 2002;</b>		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
<b>8.4 Bibliografie Seminar</b>		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
1. Organizare și arbitraj competiții atletice școlare. 2. Triatlonul athletic școlar, competiție prevăzută la nivelul ciclului primar. Elemente de organizare: regulament, probe, etape, clasament 3. Tetratlonul athletic școlar, competiție prevăzută la nivelul ciclului gimnazial. Elemente de organizare: regulament, probe, etape, clasament. 4. Crosul elevilor din ciclul gimnazial. Elemente de organizare: regulament, distanțe, etape, clasament. 5. Pentatlonul athletic școlar, competiție prevăzută la nivelul ciclului liceal. Elemente de organizare: regulament, probe, etape, clasament. 6. Crosul elevilor din ciclul liceal. Elemente de organizare: regulament, distanțe, etape, clasament. 7. „Micul Atlet”, competiție athletică .	Participare la competiție. Implicare în organizare.	Temele au alocate câte 2 ore
<b>8.6 Bibliografie Laborator</b> <b>1. Galea, I., - Bazele atletismului, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2009;</b> <b>2. Dulceanu, C., - Note de curs revizuite (format electronic), 2022;</b> <b>3. Dulceanu, C. – Jocuri pregătitoare pentru inițierea în atletism, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2014</b> <b>4. Macri C. – Atletismul pentru școlari, Editura Universității din Pitești, 2002;</b> <b>5. Macri C. – Terenuri, instalații, materiale și regulamente de atletism, Editura Universității din Pitești, 2001</b> <b>6. Mihailescu L., Mihailescu N., - Atletism în sistem educațional, Editura Universității din Pitești, 2006;</b> <b>7. Mihailescu N., Mihailescu L. – Instruirea programată în atletism, Editura Universității din Pitești, 2002</b>		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
<b>8.8 Bibliografie Proiect</b>		

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

- Disciplina urmărește formarea unei imagini clare și corecte asupra componentelor disciplinei sportive atletism.
- Crearea unor competențe de concepere și implementare în practica pedagogică a activităților extrașcolare sub forma competițiilor atletice.
- Evidențierea implicațiilor psiho-sociale ale activităților extracurriculare: combaterea stresului, relaxare, realizarea armoniei corporale;
- Formarea competențelor teoretice și metodice privind valorile educative ale activităților motrice

extracurriculare în medii diferite;

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

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs			
10.2. Seminar			
10.3. Laborator	<b>Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice</b>	Evaluare practică	100%
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță			
<b>Participarea la cel puțin 4 competiții atletice școlare: organizare și arbitraj</b>			

Titular  
doctor Dulceanu Corina  
Ramona

Asistent  
doctor Dulceanu Corina  
Ramona

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI