



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 1

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificări COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Măsurare și evaluare în antrenament și competiții școlare			2.2 Cod disciplină		BmBS1A05				
2.3. Titularul activității de curs				Dr. Ardelean Viorel Petru							
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				Dr. Ardelean Viorel Petru							
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		1	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Op

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					45



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	45
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	35
d. Consultații	6
e. Examinări	2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	0

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	131
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	44
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	175
3.10 Numărul de credite **	7

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală curs, videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului	Lucrările practice se vor desfășura în sala de sport și lab.314, dotate cu toate materialele necesare.
5.3 de desfășurare a laboratorului	-
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	CP. 5. Evaluează progresul școlar al elevilor și studenților (3) CP. 8. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate (2)
6.2 Competențe transversale	CT. 2. Își asumă responsabilitatea (2)

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea cunoștințelor privind conceptul de evaluare. Prezentarea, însușirea și formarea capacității de utilizare a bateriilor de teste folosite în evaluarea aptitudinilor și deprinderilor motrice de baza, utilitar aplicative și specifice unor ramuri de sport.
---------------------------------------	--



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la dezvoltarea fizică (indici somatici/morfologici și indici funcționali/fiziologici). Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la îmbunătățirea indicilor motrici. Să mănuiască și să utilizeze corect, și în condiții de siguranță, aparatura pentru măsurare și testare în activitățile fizice
---------------------------	--

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Conceptul de măsurare și evaluare – caracteristici generale, funcțiile evaluării, tipologia evaluării, conținutul evaluării, criterii de evaluare, metode de evaluare. Importanța măsurării și evaluării în competițiile școlare și antrenamentul școlar. Principalele caracteristici ale dezvoltării fizice și motrice a elevilor la diferite vârste. Măsurare în antrenamentul școlar. Ce măsurăm? Tehnici de măsurare. Date antropometrice. Măsurare în antrenamentul școlar. Deprinderi motrice specifice unor ramuri sportive. Măsurare în antrenamentul școlar. Calități motrice Evaluare în antrenamentul școlar. Procesul de evaluare; periodicitatea evaluării; consemnarea evaluării. Competiții școlare. Fișa de înregistrare (atletism, jocuri sportive) Măsurare și evaluare în selecția sportivă școlară. Criterii de selecție. Formarea echipelor reprezentative.	Prelegerea Explicatia Idem Idem Idem Idem Idem Idem Idem	2 ore 2 ore 2 ore 2 ore 3 ore 1 oră 1 oră 1 oră
8.2 Bibliografie 1. Galea, I., Note de curs ediție revizuită, 2017; 2. G. Gregory Haff, Charles Dumke (2012), Laboratory Manual for Exercise Physiology, Human Kinetics, IL, USA; 3. James R. Morrow, JR., Allen W. Jackson, James G. Disch, Dale P. Mood (2005), Measurement and Evaluation in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA; 4. Michael P. Reiman, Robert C. Manske (2009), Functional Testing in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA.		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
Măsurători antropometrice. Talie, greutate, indice de masă corporală, diametre, perimetre. Rezistența cardiovasculară. Harvard Step Test. Home Step Test. Testul Cooper. Agilitate. Slalom Test. Testul Hexagonului. Abordarea sistemului național de evaluare în Educație Fizică și Sport Abordarea practică a programului Biomotric Teste pentru viteză și forță Alte teste funcționale: Deep Neck Flexor Test, Star Excursion Balance Test, Shoulder Mobility Assessment Teste dinamometrice	Descriere și exemplificare Lucrul în grup Idem Idem Idem Idem Idem Idem	5 ore 4 ore 3 ore 4 ore 4 ore 4 ore 4 ore



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8.4 Bibliografie

1. Galea, I., Note de curs Ediție revizuită, 2017;
2. G. Gregory Haff, Charles Dumke (2012), Laboratory Manual for Exercise Physiology, Human Kinetics, IL, USA;
3. James R. Morrow, JR., Allen W. Jackson, James G. Disch, Dale P. Mood (2005), Measurement and Evaluation in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA;
4. Michael P. Reiman, Robert C. Manske(2009), Functional Testing in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA.

8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.6 Bibliografie

-

8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.8 Bibliografie

-

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter practic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul activităților motrice curriculare și extracurriculare, încadrabili la nivelul ciclului primar, gimnazial și liceal. Conținuturile disciplinei răspund exigențelor solicitate de unitățile școlare, asociații și cluburi sportive de stat și particulare.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	Rezolvarea de itemi în cadrul evaluării finale	Evaluare scrisă	60%
10.2 Seminar	Aplicații practice	Evaluare practică	40%
10.3 Laborator	-	-	-
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță			
Nota 5			
- să determine nivelul de creștere și dezvoltare pe un grup de subiecți			
- susținerea examenului scris este condiționat de obținerea notei 5 la evaluarea practică			



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

11. Rezultatele învățării

CP. 5. Evaluează progresul școlar al elevilor și studenților CUNOȘTIINȚE Cunoaște metodele și tipurile de evaluare utilizate în educația fizică și sport, cu accent pe procedurile de măsurare și testare specifice antrenamentului și competițiilor școlare. Identifică criterii și indicatori de evaluare a performanței și progresului motric, relevanți pentru monitorizarea evoluției sportivilor școlari în contexte de antrenament și competiție. APTITUDINI Proiectează instrumente de evaluare adaptate obiectivelor și nivelului elevilor/studenților, aliniate cerințelor evaluării motrice și sportive utilizate în mediul școlar competițional. Aplică tehnici de evaluare a progresului individual și colectiv în cadrul antrenamentelor și competițiilor școlare, utilizând probe, teste și proceduri validate. Interpretează rezultatele evaluării pentru a orienta procesul educațional și a ajusta strategiile didactice, precum și pentru a adapta încărcătura, intensitatea și structura antrenamentelor. RESPONSABILITĂȚI Își asumă responsabilitatea pentru corectitudinea și obiectivitatea evaluării, respectând normele de măsurare și procedurile de testare sportivă. Utilizează evaluarea ca mijloc de motivare și sprijin pentru progresul elevilor și studenților, încurajând dezvoltarea performanței în contexte de antrenament și competiție. CP. 8. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate CUNOȘTIINȚE Cunoaște metodele și instrumentele de monitorizare a progresului în educația fizică și sport, cu aplicabilitate directă în antrenamentele și competițiile elevilor. Explică importanța monitorizării continue în optimizarea procesului educațional și de antrenament, în vederea îmbunătățirii performanței motrice și a prevenirii suprasolicitării. APTITUDINI Utilizează tehnici de evaluare și monitorizare în conformitate cu standardele profesionale, adaptate cerințelor antrenamentului sportiv școlar și competițiilor aferente. RESPONSABILITĂȚI Își asumă responsabilitatea pentru urmărirea progresului beneficiarilor în domeniul specializării; CT. 2. Își asumă responsabilitatea CUNOȘTIINȚE Cunoaște rolurile profesionale specifice și responsabilitățile aferente activităților motrice și sportive. APTITUDINI Respectă termene, sarcini și proceduri, asumându-și rolurile atribuite. RESPONSABILITĂȚI Gestionează autonom situațiile neprevăzute, menținând standarde profesionale ridicate.

Data completării

2025-09-22

Semnătura titularului de curs

Dr. Ardelean Viorel Petru

Semnătura titularului de seminar

Dr. Ardelean Viorel Petru

Data avizării în departament

2025-09-22

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 1

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Etică și deontologie profesională			2.2 Cod disciplină		BmBA1003				
2.3. Titularul activității de curs				doctor Sinaci Maria							
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				doctor Sinaci Maria							
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		1	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Ob

3. Timpul total estimat

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					ore
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					46
					30



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	13
d. Consultații	4
e. Examinări	2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	8

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	93
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	38
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	125
3.10 Numărul de credite **	5

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competențe	Nu este cazul.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sala de curs dotată cu videoproiector și conexiune la internet.
5.2 de desfășurare a seminarului	Sala de curs dotată cu videoproiector și conexiune la internet.
5.3 de desfășurare a laboratorului	-
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp 7 cooperează cu personalul didactic Cp 10 oferă feedback constructiv
6.2 Competențe transversale	Ct 2 oferă consiliere altora Ct 3 își asumă responsabilitatea Ct 6 construiește spirit de echipă

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Obiectivul general al disciplinei este de a consolida comportamentul studenților bazat pe etică și respectul față de deontologia profesională, condiții esențiale pentru dezvoltarea unei cariere profesionale durabile.
---------------------------------------	--



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	Să cunoască importanța respectării normelor și principiilor etice în activitatea profesională. Să respecte principiile etice și deontologice în colaborarea profesională cu colegii, elevii și alți colaboratori. Să-și dezvolte abilitățile de identificare și soluționare a problemelor cu implicații de natură etică, intervenind cu profesionalism în situațiile de tensiune. Să dobândească abilitatea de a elabora lucrări cu conținut științific respectând rigorile academice.
---------------------------	---

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Etică, morală, deontologie: delimitări conceptuale.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
2. Norme și valori morale.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
3. Teorii etice. Semnificația acestora pentru activitatea profesională.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
4. Principiile deontologiei.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
5. Autoritate și deontologie.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
6. Codurile de etică profesională și importanța respectării lor.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
7. Procesul de luare a deciziei etice în activitatea profesională.	Prelegere, analiză, dezbatere	2 ore
8.2 Bibliografie Albu, G., Comunicarea interpersonală, Editura Institutul European, Iași, 2008. Bratu, M., Comunicare și consiliere în kinetoterapie, Editura Universitară, București, 2013. Bunescu, Gheorghe, Școala și valorile morale. Teorii și practici ale dezvoltării psihosociomorale, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București, 1998. Călineanu, T., Elemente de etică, Vol. I, Editura Dacia, Cluj-Napoca, 1982. Copoeru, I., Szabo N., Etica și cultura profesională, Editura Casa cartii, Cluj Napoca, 2008. Frunză, S., Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, București, 2011. Miroiu, M., Introducere în etica profesională, Editura Trei, Iași, 2001. Sinaci, M., Normativitate și bioetică. Aspecte filosofice contemporane, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca. Note de curs în format electronic, platforma SUMS, UAV, 2025.		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
1. Etică, morală, deontologie: definiții, clarificări conceptuale.	Expunere, dezbatere	2 ore
2. Importanța respectării valorilor personale și colective în activitatea profesională.	Expunere, dezbatere, studiu de caz	2 ore 2 ore
3. Principii etice aplicate în viața profesională	Expunere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
4. Relații și raporturi cu colegii, elevii / studenții și colaboratorii fundamentate pe un comportament etic.	Expunere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
5. Elaborarea lucrărilor științifice cu onestitate academică.	Expunere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
6. Dilemele etice în activitatea profesională și soluționarea lor.	Expunere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
7. Luarea deciziilor etice în mediul profesional	Expunere, dezbatere, studiu de caz Dezbatere, studiu de caz	2 ore



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8.4 Bibliografie Copoeru, I., Szabo N., Etica și cultura profesională, Editura Casa cartii, Cluj Napoca, 2008. Frunză, S., Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, București, 2011. Note de curs în format electronic, platforma SUMS a UAV, 2025		
8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.6 Bibliografie -		
8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.8 Bibliografie -		

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Conținutul disciplinei a fost elaborat ținându-se cont de necesitatea dezvoltării unui set de cunoștințe, abilități și atitudini necesare unui comportament etic în profesie, în convergență cu așteptările angajatorilor din domeniul educației fizice și sportive.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	Criterii de evaluare: Utilizarea adecvată a conceptelor, principiilor și teoriilor etice; argumentarea etică și justificarea alegerilor. 90% 10%	Evaluare sumativă - examen	50%
10.2 Seminar	Criterii de evaluare: corectitudinea elaborării proiectului și respectarea recomandărilor	Evaluare pe parcurs - proiect	50%
10.3 Laborator	-	-	-
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță			
• Dovada înțelegerii terminologiei și metodelor de bază specifice disciplinei.			
• Obținerea notei 5 certifică dobândirea rezultatelor învățării minime aferente disciplinei (5 este nota minimă de promovare).			



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

11. Rezultatele învățării

1. CUNOȘTINȚE: Cunoaște structura sistemului educațional și rolurile profesionale din unitățile de învățământ; Identifică modalități eficiente de colaborare inter- și transdisciplinară; Explică importanța echipei educaționale în susținerea procesului instructiv-educativ; Cunoaște principiile comunicării educaționale eficiente; Identifică tipurile și funcțiile feedbackului în procesul instructiv-educativ; Explică rolul feedbackului în motivarea și orientarea elevilor/studenților spre progres.

2. APTITUDINI: Participă activ la proiectarea și implementarea activităților didactice în colaborare cu ceilalți membri ai echipei educaționale; Comunică eficient și profesionist cu personalul didactic; Contribuie la realizarea unui climat de lucru bazat pe respect, sprijin reciproc și obiective comune; Formulează feedback clar, specific și adaptat nivelului de înțelegere al beneficiarului; Oferă feedback într-un mod constructiv, care stimulează învățarea și dezvoltarea personală; Utilizează feedbackul ca instrument de corectare, motivare și consolidare a cunoștințelor și abilităților.

3. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE: Își asumă responsabilitatea pentru integrarea într-o echipă educațională funcțională; Promovează colaborarea și schimbul de bune practici cu colegii; Manifesta respect față de competențele și responsabilitățile celorlalți membri ai personalului didactic; Își asumă responsabilitatea de a sprijini în mod constant evoluția beneficiarilor prin feedback; Manifesta empatie și deschidere în relaționarea cu elevii/studenții; Respectă principiile etice în formularea și oferirea feedbackului.

Data completării
2025-09-19

Semnătura titularului de curs
doctor Sinaci Maria

Semnătura titularului de seminar
doctor Sinaci Maria

Data avizării în departament
2025-09-25

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 1

Legendă:

- scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei
- scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Învățare motrică în educație fizică			2.2 Cod disciplină		BmBA1O04								
2.3. Titularul activității de curs				Dr. Piscoi Georgeta Lucia											
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				Dr. Piscoi Georgeta Lucia											
2.5 Anul de studiu		1		2.6 Semestrul		1		2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		EC		2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Ob	

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	0	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					2



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	2
d. Consultații	1
e. Examinări	2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	1

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	19
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	31
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	50
3.10 Numărul de credite **	2

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	-
5.2 de desfășurare a seminarului	Sală de seminar cu dotări specifice domeniului: materiale bibliografice din domeniul studiat
5.3 de desfășurare a laboratorului	-
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp6. Asigură gestionarea colectivului de elevi 1 Cr
6.2 Competențe transversale	Ct3. Construiește spirit de echipă 1 Cr

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Capacitatea studentului de a cataloga și identifica corect și adecvat mijloacele educație fizice 1 Cr documentare 1 Cr
7.2 Obiectivele specifice	1. Clasificarea exercițiilor fizice, conform cu cerințele programei școlare pe cicluri de învățământ 1 Cr 3. Culegerea datelor.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.2 Bibliografie -		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
1. Mijloacele educație fizice 2 ore 2. Clasificarea exercițiilor fizice 2 ore 3. Procedee de refacere a capacității de efort 2 ore 4. Învățarea motrică în educație fizică și sport 4 ore 5. Calități motrice 7 ore 6. Capacitățile coordinative 3 ore 7. Efortul în lecția de educație fizică 3 ore 8. Caracteristicile motricității la diferite etape de vârstă 5 ore	Prelegerea , explicația	
8.4 Bibliografie 1.Epuran M., Marolicaru M., 2000, Metodologia cercetării în educație fizică și sport, Cluj -Napoca, Risoprint; 2. Epuran M., 2005, Metodologia cercetării activităților corporale. București: FEST; 3. Bernal, J.D., 1964, Știința în istoria societății, București: Editura Politică; 4.Enăchescu C., 2005, Tratat de teoria cercetării științifice. Iași: Polirom; 5. Pantin, C.A., 1972, Raporturile dintre științe. București: Editura Enciclopedică Română; 6. Savinov, A., V., 1961, Legile logice ale gândirii. București: Editura Științifică 7. Ciocoi-Pop D., R., 2010, Metodologia cercetării în știința activităților corporale. Suport de curs, FEFS, UBB Cluj-Napoca 8. Morrow, J.R., Jackson, A.W., Mood, D.P., 1995, Measurement and Evaluation in Human Performance, Champaign Illinois: Human Kinetics. 9. Gratton, Chris, and Ian Jones. (2004) Research Methods for Sport Studies. London: Routledge, 10. Craig WILLIAMS and WRAGG Chris (2004) Data analysis and research for sport and exercise science: a student guide. London: Routledge		
8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.6 Bibliografie -		
8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.8 Bibliografie -		

* teme de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	-	-	-
10.2 Seminar	Portofoliu de referate, generate pe baza studiului individual și al activității profesionale ale candidaților	Susținere referat cu tematică alocată de profesor	100%
10.3 Laborator	-	-	-
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Standard minimal de prezență: 5 prezențe Studentul să fie capabil să genereze și să susțină o revistă de mijloace pentru educarea calității motrice Forța generală			

11. Rezultatele învățării

Cp6. CUNOȘTINȚE Absolventul a) Cunoaște principiile managementului educațional și ale organizării grupului de elevi; b) Identifică stiluri de conducere și metode de comunicare eficientă în cadrul colectivului; c) Explică dinamica grupului și factorii care influențează coeziunea și disciplina. APTITUDINI Absolventul a) Aplică tehnici de organizare și conducere eficientă a colectivului de elevi; b) Utilizează strategii de prevenire și gestionare a conflictelor; c) Creează un climat educațional pozitiv și cooperant, favorabil învățării și dezvoltării personale. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Absolventul a) Își asumă rolul de lider educațional în gestionarea grupului; b) Promovează reguli clare, echitabile și un comportament prosocial; c) Manifesta autoritate pedagogică și responsabilitate în menținerea unui climat optim pentru învățare. Ct3. CUNOȘTINȚE Absolventul a) Cunoaște principiile coeziunii de grup și ale motivației colective. b) Înțelege influența leadership-ului și a comunicării asupra formării spiritului de echipă. APTITUDINI Absolventul a) Dezvoltă activități care stimulează cooperarea, solidaritatea și încrederea reciprocă. b) Utilizează tehnici pentru a crește implicarea și responsabilitatea membrilor echipei. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Absolventul a) Promovează un climat pozitiv și colaborativ în cadrul grupului. b) Inițiază autonom acțiuni care consolidează spiritul de echipă și reduc tensiunile.

Data completării

29.09.2025

Semnătura titularului de curs

Dr. Piscoi Georgeta Lucia

Semnătura titularului de seminar

Dr. Piscoi Georgeta Lucia

Data avizării în departament

29.09.2025

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 2

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclu de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Aplicații specifice în săli de fitness			2.2 Cod disciplină		BmBA2012				
2.3. Titularul activității de curs				Dr. Herlo Julien Narcis							
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				Dr. Herlo Julien Narcis							
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		2	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Ob

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	0	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					18
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					18



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	18
d. Consultații	4
e. Examinări	4
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	10

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	58
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	42
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	100
3.10 Numărul de credite **	4

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Cunoștințe teoretice și practice privind pregătirea musculară (studiate în anii precedenți)
4.2 de competențe	Capacități de analiză și sinteză a metodelor și mijloacelor specifice pregătirii musculare.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	-
5.2 de desfășurare a seminarului	-
5.3 de desfășurare a laboratorului	Sală fitness cu aparatură specifică, gantere, haltere, saltele.
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp6. Organizează activități de formare (2 CR)
6.2 Competențe transversale	Ct1.Lucrează în echipe, construiește spirit de echipă, îi conduce pe ceilalți și delegă responsabilități (2 CR)

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Însușirea unor noțiuni de bază privind aparatura specifică unei săli de musculație, precum și aplicarea unor programe care vizează dezvoltarea tonusului muscular, scăderea greutății corporale și menținerea condiției fizice optime.
---------------------------------------	--



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	<p>A. Obiective cognitive</p> <ol style="list-style-type: none">1. Recunoașterea caracteristicilor funcționale ale fiecărui aparat din sala de fitness;2. Învățarea diferitelor exerciții pentru fiecare grupă musculară ;3. Cunoașterea principiilor fiziologiei și ergofiziologiei umane;4. Însușirea noțiunilor generale de topografie musculară;5. Cunoașterea principiilor care stau la baza practicării fitnessului;6. Cunoașterea principiilor care stau la baza practicării culturismului;7. Însușirea exercițiilor specifice grupelor musculare programate8. Formarea terminologiei de specialitate9. Cunoașterea criteriilor de bază în determinarea activităților motrice optime pentru fiecare persoană în funcție de particularități;10. Cunoașterea criteriilor de realizare a programelor pentru începători și avansați. <p>B. Obiective procedurale</p> <ol style="list-style-type: none">1. Cultivarea deprinderilor și obișnuinței masteranzilor de a practica independent, exercițiile și sporturile în scop corectiv, recreativ, compensator; <p>C. Obiective atitudinale</p> <ol style="list-style-type: none">1. Înțelegerea importanței de a practica exercițiile fizice pentru păstrarea sănătății, a capacității de muncă, pentru combaterea unor boli și deficiențe2. Promovarea unor calități morale, civice și de voință3. Promovarea spiritului de fair-play în relațiile interumane4. Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.
---------------------------	--

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.2 Bibliografie		
-		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.4 Bibliografie		
-		
8.5 Laborator	Metode de predare	Observații



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

1. Prezentarea aparaturii și materialelor de specialitate 2. Noțiuni generale despre anatomia, fiziologia mușchilor scheletici, tipologia somatică și antrenamente specifice fiecărui tip somatic: endomorf, mezomorf, ectomorf 3. Prezentarea exercițiilor pentru musculatura membrelor superioare 4. Prezentarea exercițiilor pentru musculatura anterioară a trunchiului 5. Prezentarea exercițiilor pentru musculatura dorsală a trunchiului 6. Prezentarea exercițiilor pentru musculatura membrelor inferioare 7. Prezentarea procedeeleor și principiilor specifice musculației 8. Antrenament pentru dezvoltarea musculaturii pectoralului 9. Alcătuirea unui program de exerciții la aparate 10. Alcătuirea unui program de exerciții cu greutăți libere 11. Antrenament pentru dezvoltarea forței musculare segmentare 12. Antrenament pentru scăderea masei corporale 13. Antrenament pentru dezvoltarea forței explozive 14. Evaluare: Demonstrarea tehnică a exercițiilor specifice grupelor musculare studiate, precum și prezentarea unui program la aparate.	Explicația Demonstrația	2 ore/tema
8.6 Bibliografie 1. Bompa T., Di Pasquale M., Cornacchia L. (2003). Serious Strength Training”, Human Kinetics, 2nd edition , Champaign, IL – USA 2. Bompa, T., (2003), Totul despre pregătirea tinerilor campioni, Edit. EX Ponto, SNA București 3. Herlo, J.N. (2005). Culturism – caiet metodic de lucrari practice”, Ed. Vasile Goldiș University Press, Arad; 4. Herlo J.N., Bulzan C.O. (2024) Introducere in fitness și culturism, editura Riso Print, Cluj-Napoca; 5. Herlo J.N., Bulzan C.O., (2025) Culturismul - de la întreținerea fizică la performanța competițională, editura Riso Print, Cluj-Napoca; 6. Niculescu,M., Mateescu, A., Crețu, M., Trăilă,H., (2007). Bazele științifice și aplicative ale pregătirii musculare, Ed. Universitaria Craiova 7. Weineck J., (2003). Manuel d’entraînement, Editions Vigot, 4 -eme edition , Paris		
8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.8 Bibliografie -		

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului preșcolar, primar, gimnazial.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	-	-	-
10.2 Seminar	-	-	-
10.3 Laborator	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice	Evaluare practică	100%
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Explicarea și demonstrarea a trei exerciții specifice unor grupe musculare diferite (la alegere) Exemplu: Extensia antebrățelor pe brațe cu bara din culcat dorsal, priză pronație (pentru tricepsul brahial)			

11. Rezultatele învățării

Cp6. Organizează activități de formare (2 CR) CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul a) identifică și implementează metode de instruire specifice mediului de fitness, valorificând potențialul bio-psiho-motric al participanților și facilitând creșterea nivelului de engagement pentru practicarea consecventă a activităților fizice. APTITUDINI Studentul/Absolventul a) optimizează și ajustează strategiile didactice în timp real, demonstrând agilități adaptive și capacitatea de a gestiona situații operaționale neprevăzute în contextul antrenamentelor de grup sau individuale. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul a) configurează și structurează grupele de antrenament în acord cu particularitățile bio-psiho-motrice și cu specificul social al practicantilor, asigurând un mediu sigur, eficient și orientat spre performanță. Ct1.Lucrează în echipe, construiește spirit de echipă, îi conduce pe ceilalți și delegă responsabilități (2 CR) CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul a) Interpretează eficient dinamica grupului și identifică rolurile funcționale ale participanților, pentru a asigura coeziunea operațională în cadrul sesiunilor desfășurate în sala de fitness. APTITUDINI Studentul/Absolventul a) Delegă responsabilități într-un mod echilibrat și strategic, valorificând competențele tehnice și potențialul individual al fiecărui membru din echipă în contextul activităților aplicative. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul a) Manifestează inițiativă în asumarea rolului de lider atunci când situația o impune, oferind sprijin, ghidaj și feedback constructiv pentru optimizarea performanței colective.

Data completării
2025-10-07

Semnătura titularului de curs
Dr. Herlo Julien Narcis

Semnătura titularului de seminar
Dr. Herlo Julien Narcis

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 2

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificări COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Aplicații metodologice în activitatea fizică școlară			2.2 Cod disciplină		BmBA2O11				
2.3. Titularul activității de curs				Dr. Dulceanu Corina Ramona							
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				Dr. Dulceanu Corina Ramona							
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		2	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Ob

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
d. Consultații	10
e. Examinări	5
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	52

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	65
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	85
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	150
3.10 Numărul de credite **	6

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Elemente de integrare și comunicare (studiate la licență)
4.2 de competențe	Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului	-
5.3 de desfășurare a laboratorului	Seminarul se va în sala de seminar dotată cu retroproiector, în sala de sport, dotată cu toate materialele necesare sau, după caz, la diferite competiții sportive, gen ONSS
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp 6 asigură gestionarea colectivului de elevi 2 CREDITE Cp 7 cooperează cu personalul didactic 2 CREDITE
6.2 Competențe transversale	Ct 2 își asumă responsabilitatea 2 CREDITE

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Înșușirea cunoștințelor privind conceptul de evaluare. Prezentarea, însușirea și formarea capacității de utilizare a bateriilor de teste folosite în evaluarea aptitudinilor și deprinderilor motrice de baza, utilitar aplicative și specifice unor ramuri de sport.
---------------------------------------	--



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	Consolidarea cunoștințelor privind conceptul de măsurare și evaluare. Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la dezvoltarea fizică (indici somatici/morfologici și indici funcționali/fiziologici). Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la îmbunătățirea indicilor motrici. Prezentarea unui număr substanțial de teste utile în activitatea motrică, școlară și extrașcolară.
---------------------------	--

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Structura anului școlar 2025- 2026. 2. Ghid constituire asociație sportivă școlară și activitatea asociației sportive școlare. 3. Prevederi metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul primar (fete și băieți). 4. Prevederi metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul gimnazial (fete și băieți). 5. Prevederi metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul liceal (fete și băieți) 6. Olimpiada națională a sportului școlar, calendar competițional național, anul școlar 2025-2026. 7. Aspecte privind programa școlară.	Prelegere, Expunere cu material suport, Explicația, Prezentare power-point	Fiecare temă de curs are alocate 2 ore
8.2 Bibliografie 1. BADIU T., CIORBĂ C., BADIU G., (1999), Educația fizică a copiilor și școlarilor, Editura Garuda - Art, Chișinău. 2. BOTA A.(2006), Exerciții fizice pentru viața activă - Activități motrice de timp liber, Ed. Cartea Universitară. 3. DUMITRU GH. (1997), Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București. 4. NICULESCU I. (2003), Jocuri dinamice, Editura Universității din Pitești. 5. DULCEANU C. (2025), NOTE DE CURS, uz intern (format electronic)		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

1. Discuții privind structura anului școlar 2025- 2026. 2. Discuții privind Ghidul constituire asociație sportivă școlară și activitatea asociației sportive școlare. 3. Discuții și propuneri privind Prevederile metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul primar (fete și băieți). 4. Discuții și propuneri privind Prevederile metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul gimnazial (fete și băieți). 5. Discuții și propuneri privind Prevederile metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026. Învățământul liceal (fete și băieți) 6. Discuții privind Olimpiada națională a sportului școlar, calendar competițional național, anul școlar 2025-2026. 7. Discuții și propuneri privind programa școlară.	Dialog interactiv	Fiecare temă de seminar are alocate 2 ore
8.4 Bibliografie 1. BADIU T., CIORBĂ C., BADIU G., (1999), Educația fizică a copiilor și școlarilor, Editura Garuda - Art, Chișinău. 2. BOTA A.(2006), Exerciții fizice pentru viața activă - Activități motrice de timp liber, Ed. Cartea Universitară. 3. DUMITRU GH. (1997), Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București. 4. NICULESCU I. (2003), Jocuri dinamice, Editura Universității din Pitești. 5. DULCEANU C. (2025), NOTE DE CURS, uz intern (format electronic)		
8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.6 Bibliografie -		
8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.8 Bibliografie -		

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Corectitudinea și acuratețea folosirii bateriilor de teste însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității academice din domeniul educației fizice și sportului.
Competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului primar, gimnazial, liceal.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	Susținerea de referate, rezolvarea de itemi în cadrul evaluării finale	Evaluare orală, Evaluare scrisă	50%
10.2 Seminar	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice.	Evaluare orală, Evaluare scrisă	50%
10.3 Laborator	-	-	-
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Cerințe minime (pentru nota 5) Prezentarea unor prevederi metodologice la disciplinele sportive nominalizate în calendarul competițional național al O.N.S.Ș. pentru anul școlar 2025-2026 , ciclu de învățământ la alegere.			

11. Rezultatele învățării

Cp 6 asigură gestionarea colectivului de elevi CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul: a) cunoaște principiile managementului educațional și organizarea grupului; b) identifică stiluri de conducere și modalități de comunicare eficientă; c) explică dinamica grupului și factorii ce influențează coeziunea și disciplina. APTITUDINI Studentul/Absolventul: a) aplică tehnici de organizare și conducere eficientă a colectivului; b) utilizează strategii de prevenire și gestionare a conflictelor; c) creează un climat pozitiv, cooperant și favorabil învățării. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul: a) își asumă rolul de lider în gestionarea grupului; b) promovează reguli clare și comportament prosocial; c) exercită autoritate pedagogică și menține un climat optim pentru învățare. Cp 7 cooperează cu personalul didactic CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul: a) cunoaște structura sistemului educațional și rolurile din unitatea școlară; b) identifică modalități eficiente de colaborare inter- și transdisciplinară; c) explică rolul echipei educaționale în susținerea procesului didactic. APTITUDINI Studentul/Absolventul: a) participă la proiectarea și realizarea activităților didactice în echipă; b) comunică eficient și profesionist cu cadrele didactice; c) contribuie la un climat bazat pe respect, cooperare și obiective comune. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul: a) își asumă integrarea într-o echipă educațională funcțională; b) promovează colaborarea și schimbul de bune practici; c) respectă competențele și responsabilitățile colegilor. Ct 2 își asumă responsabilitatea CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul: a) cunoaște rolurile profesionale și responsabilitățile specifice activităților motrice și sportive; b) înțelege normele etice și de siguranță ale domeniului. APTITUDINI Studentul/Absolventul: a) respectă sarcini, proceduri și termene, asumându-și rolurile; b) ia decizii argumentate privind siguranța și buna desfășurare a activităților. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul: a) dovedește responsabilitate în coordonarea grupurilor și activităților; b) gestionează autonom situații neprevăzute, menținând standarde profesionale ridicate.

Data completării
2025-09-30

Semnătura titularului de curs
Dr. Dulceanu Corina Ramona

Semnătura titularului de seminar
Dr. Dulceanu Corina Ramona

Data avizării în departament
2025-09-30

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 2

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Elemente de organizare a competițiilor atletice în școală		2.2 Cod disciplină	BmBA2O10
2.3. Titularul activității de curs	Dr. Dulceanu Corina Ramona			
2.4 Titularul activității de seminar/laborator	Dr. Dulceanu Corina Ramona			
2.5 Anul de studiu	1	2.6 Semestrul	2	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)
			ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)
				Ob

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	23
d. Consultații	10
e. Examinări	4
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	10

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	83
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	42
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	125
3.10 Numărul de credite **	5

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

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

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp 4 adaptează strategia didactică la abilitățile elevilor și studenților 2 CREDITE Cp 6 asigură gestionarea colectivului de elevi 2 CREDITE
6.2 Competențe transversale	Ct 3 construiește spirit de echipă 1 CREDIT

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Formarea competențelor teoretice și practico-metodice pentru organizarea eficientă a competițiilor atletice școlare. 2. Conștientizarea masteranzilor în privința importanței practicării exercițiilor fizice în sistem competițional, ca parte integrantă a acțiunii educaționale, ca imperativ al societății moderne.
---------------------------------------	---



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	1. Capacitarea masteranzilor cu noțiuni științifice de organizare a competițiilor sportive școlare.
---------------------------	---

8. Conținuturi *

8.1 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
8.2 Bibliografie 1. Galea, I., - Bazele atletismului, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2009; 2. Dulceanu, C., - Note de curs revizuite (format electronic), 2025; 3. Dulceanu, C., - Jocuri pregătitoare pentru inițierea în atletism, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2014 4. Macri C., - Atletismul pentru școlari, Editura Universității din Pitești, 2002; 5. Macri C., - Terenuri, instalații, materiale și regulament de atletism, Editura Universității din Pitești, 2001 6. Mihailescu L., Mihailescu N., - Atletism în sistem educațional, Editura Universității din Pitești, 2006; 7. Mihailescu N., Mihailescu L., - Instruirea programată în atletism, Editura Universității din Pitești, 2002;		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.4 Bibliografie -		
8.5 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 .	Explicație, Demonstrație Participare la competiție. Implicare în organizare.	Temele au alocate câte 2 ore



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8.6 Bibliografie

1. Galea, I., - Bazele atletismului, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2009;
2. Dulceanu, C., - Note de curs revizuite (format electronic), 2025;
3. Dulceanu, C., - Jocuri pregătitoare pentru inițierea în atletism, Editura Universității Aurel Vlaicu, Arad, 2014
4. Macri C. – Atletismul pentru școlari, Editura Universității din Pitești, 2002;
5. Macri C. – Terenuri, instalații, materiale și regulamente de atletism, Editura Universității din Pitești, 2001
6. Mihailescu L., Mihailescu N., - Atletism în sistem educațional, Editura Universității din Pitești, 2006;
7. Mihailescu N., Mihailescu L. – Instruirea programată în atletism, Editura Universității din Pitești, 2002

8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.8 Bibliografie

-

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

- 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

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	Lucrare scrisă din suportul de curs	Evaluare scrisă	30%
10.2 Seminar	-	-	-
10.3 Laborator	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice	Evaluare practică	70%
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Participarea la cel puțin 4 competiții atletice școlare: organizare și arbitraj			

11. Rezultatele învățării



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

Cp 4 adaptează strategia didactică la abilitățile elevilor și studenților CUNOȘTINȚE a)Cunoaște particularitățile de vârstă și nivel de dezvoltare. b)Recunoaște diferențele de ritm și stil de învățare în activitățile motrice. c)Explică necesitatea adaptării conținutului și metodelor la nivelul de abilități al beneficiarilor. APTITUDINI a)Proiectează și aplică activități diferențiate. b)Folosește instrumente de evaluare pentru identificarea nevoilor și performanței. c)Alege metode și mijloace adecvate fiecărui nivel de pregătire. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE a)Adaptează responsabilitățile de predare la nevoile individuale. b)Promovează incluziunea și echitatea. c)Acționează ca facilitator al învățării, asigurând progresul fiecărui participant. Cp 6 asigură gestionarea colectivului de elevi CUNOȘTINȚE a)Cunoaște principiile managementului educațional și ale organizării grupului. b)Identifică stiluri de conducere și metode eficiente de comunicare. c)Explică dinamica grupului și factorii ce influențează coeziunea și disciplina. APTITUDINI a)Aplică tehnici de organizare și conducere a colectivului. b)Utilizează strategii de prevenire și gestionare a conflictelor. c)Creează un climat pozitiv, cooperant și favorabil învățării. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE a)Își asumă rolul de lider educațional. b)Promovează reguli clare și comportamente prosociale. c)Manifesta autoritate pedagogică pentru menținerea unui climat optim. Ct 3 construiește spirit de echipă CUNOȘTINȚE Studentul/Absolventul a) Cunoaște principiile coeziunii de grup și ale motivației colective. b) Înțelege influența leadership-ului și a comunicării asupra formării spiritului de echipă. APTITUDINI Studentul/Absolventul a) Dezvoltă activități care stimulează cooperarea, solidaritatea și încrederea reciprocă. b) Utilizează tehnici pentru a crește implicarea și responsabilitatea membrilor echipei. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Studentul/Absolventul a) Promovează un climat pozitiv și colaborativ în cadrul grupului. b) Inițiază autonom acțiuni care consolidează spiritul de echipă și reduc tensiunile.

Data completării
2025-09-30

Semnătura titularului de curs
Dr. Dulceanu Corina Ramona

Semnătura titularului de seminar
Dr. Dulceanu Corina Ramona

Data avizării în departament
2025-09-30

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 2

Legendă:

- scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei
- scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Educația fizică și dimensiunea sa axiologică			2.2 Cod disciplină		BmBS2A15				
2.3. Titularul activității de curs				Dr. Piscoi Georgeta Lucia							
2.4 Titularul activității de seminar/laborator				Dr. Piscoi Georgeta Lucia							
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		2	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		EC	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Op

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					42
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	14
d. Consultații	7
e. Examinări	2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	4

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	77
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	48
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	125
3.10 Numărul de credite **	5

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu dotări specifice predării: videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului	Sală de seminar, materiale didactice specifice: cărți cu tematică în domeniu
5.3 de desfășurare a laboratorului	-
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp2. Elaborează programa analitică 1 Cr Cp3. Acordă sprijin elevilor și studenților în procesul de învățare 1 Cr Cp9. Oferă feedback constructiv 1 Cr
6.2 Competențe transversale	Ct2. Își asumă responsabilitatea 2 Cr

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Cunoașterea și aprofundarea de către masteranzi a setului de valori culturale, valori care au un impact important în formarea personalității umane; 2. Conștientizarea de către masteranzi a referinței axiologice, implicat a setului de valori științifice și educaționale specifice unei societăți de tip european bazată pe cunoaștere.
---------------------------------------	---



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

7.2 Obiectivele specifice	1. Dobândirea capacității masteranzilor de a aplica în teorie și practică concepțiile axiologice fundamentale, îndeosebi ale celor legate de cunoaștere, etica relațiilor interumane, precum și cele vitale domeniului educației fizice
---------------------------	---

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Concepte ale axiologiei - delimitări și definiții - 3 ore 2. Clasificarea valorilor - 2 ore 3. Procesul instructiv-educativ din perspectivă axiologică - 3 ore 4. Concepția despre sport - 3 ore 5. Valori sportive și valori morale - 4 ore 6. Sportul și constituirea personalității - 4 ore 7. Componentele și formele educației - orientări valorice și acționale - 2 ore 8. Valorile sportive - 4 ore 9. Valoare de fair-play - 3 ore	Prelegere Dialog interactiv	
8.2 Bibliografie 1. CRISTEA, Sorin. Dicționar enciclopedic de pedagogie. Volumul I. București: Didactica Publishing House, 2015. 832 p. ISBN 9786066832953 2. CRISTEA, Sorin. Studii de pedagogie generală, București: EDP, 2009. 308 p. ISBN 978973302450785 3. CUCOȘ, Constantin. Educația. Reîntemeieri, dinamici, prefigurări. Iași: Polirom, 2017. 280,p. ISBN: 9789734667604 4. CUCOȘ, Constantin. Pedagogie. (ediția a III-a revăzută și adăugită). Iași: Polirom, 2014. 536 p. ISBN: 978-973-46-4041-6 5. CUCOȘ, Constantin. Pedagogie și axiologie. București: EDP, 1995. 160 p. ISBN 973-30-4398-2 6. CUZNEȚOV, Larisa. Filosofia și axiologia educației. Suport de curs. Chișinău: UPSC, 2017.121 p. ISBN 978-9975-46-322-5 7. JEDER, Daniela. Niveluri ale moralității și educației morale. În: „Didactica Pro”, nr. 5-6,2004. 8. MĂNUCĂ, Dan. Literatura și etica. Disponibil: http://astra.iasi.roedu.net/texte/manuca.html , [accesat: 21.03.21] 9. PÂSLARU, Vladimir, CALLO, Tatiana, SILISTRARU, Nicolae [et al.]. Perspectiva axiologică asupra educației în schimbare / coord.: Maria Hadârcă. Chișinău: Print-Caro, 2011, 180 p. ISBN 978-9975-56-030-6. 10. STANCIU, Mihai. Didactica postmodernă. Fundamente teoretice. Editura Universității Suceava, 2003. 332 p. ISBN 973-8293-99-5 11. PISCOI, G., 2025 Note de curs, Platforma SUMS		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
1. Sportul în viața comunității - 2 ore 2. Manifestările sportive și socializarea - 2 ore 3. Comportament prosocial, acțional - 2 ore 4. Fanii sportului și derapajul huliganic - 2 ore 5. Educație fizică și sportivă-valori și importanță în procesul educațional - 2 ore 6. Rolul profesorului de educație fizică în consilierea morală - 2 ore 7. Educația de tip sportiv și caracterul uman - 2 ore	Dialog interactiv Proiecție de text, imagini și scheme de analiză axiologică	



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8.4 Bibliografie

1. CRISTEA, Sorin. Dicționar enciclopedic de pedagogie. Volumul I. București: Didactica Publishing House, 2015. 832 p. ISBN 9786066832953
2. CRISTEA, Sorin. Studii de pedagogie generală, București: EDP, 2009. 308 p. ISBN 978973302450785
3. CUCOȘ, Constantin. Educația. Reîntemeieri, dinamici, prefigurări. Iași: Polirom, 2017. 280,p. ISBN: 9789734667604
4. CUCOȘ, Constantin. Pedagogie. (ediția a III-a revăzută și adăugită). Iași: Polirom, 2014. 536 p. ISBN: 978-973-46-4041-6
5. CUCOȘ, Constantin. Pedagogie și axiologie. București: EDP, 1995. 160 p. ISBN 973-30-4398-2
6. CUZNEȚOV, Larisa. Filosofia și axiologia educației. Suport de curs. Chișinău: UPSC, 2017.121 p. ISBN 978-9975-46-322-5
7. JEDER, Daniela, Niveluri ale moralității și educației morale. În: „Didactica Pro”, nr. 5-6,2004.
8. MĂNUCĂ, Dan. Literatura și etica. Disponibil: <http://astra.iasi.roedu.net/texte/manuca.html>, [accesat: 21.03.21]
9. PÂSLARU, Vladimir, CALLO, Tatiana, SILISTRARU, Nicolae [et al.]. Perspectiva axiologică asupra educației în schimbare / coord.: Maria Hadârcă. Chișinău: Print-Caro, 2011, 180 p. ISBN 978-9975-56-030-6.
10. STANCIU, Mihai. Didactica postmodernă. Fundamente teoretice. Editura Universității Suceava, 2003. 332 p. ISBN 973-8293-99-5
11. PISCOI, G., 2025 Note de curs, Platforma SUMS

8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.6 Bibliografie

-

8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-

8.8 Bibliografie

-

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Cursul de Educația fizică și dimensiunea sa axiologică prevede însușirea de către studenți a unui vocabular epistemologic, operațional în analiza activităților cu caracter sportiv și recreativ, precum și a teoriilor aferente. Conținutul cursului, prin tematizarea unor idei, se va regăsi în competențele generale și specifice dobândite de studenți, viitori profesori, antrenori și cercetători în domeniul educației sportive;
Se urmărește includerea în bibliografie a acelor studii și opere cu impact asupra problematicei actuale din cultura și sportul românesc, precum și din cel european.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
----------------	----------------------	--------------------	-------------------------



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

10.1 Curs	Verificarea cunoștințelor prin test scris	Examen scris	60%
10.2 Seminar	Portofoliu de referate cu tematică specifică	Susținere referat cu tematică specifică	40%
10.3 Laborator	-	-	-
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Standrd minimal de prezență: 7 prezențe Masterandul să fie capabil să: susțină 2 idei legate de valorile fundamentale în domeniu: fair play / curaj			

11. Rezultatele învățării

CP2 CUNOȘTINȚE Masterandul: a)Cunoaște principiile didactice și componentele unei programe analitice în domeniul educației fizice și sportului. b)Identifică diversitatea stilurilor și ritmurilor de învățare la elevi și studenți. APTITUDINI Masterandul: a)Elaborează o programă analitică coerentă, structurată pe obiective, conținuturi, metode și forme de evaluare. b)Integrează informații științifice și practice actualizate în proiectarea programei. c)Utilizează documente curriculare și resurse educaționale relevante în procesul de planificare. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Masterandul: a)Își asumă responsabilitatea pentru coerența și eficiența programelor propuse. b)Manifestă inițiativă și rigoare în organizarea activităților didactice. CP3 CUNOȘTINȚE Masterandul: a)Cunoaște etapele și mecanismele învățării motrice. b)Identifică diferențele de stil și ritm de învățare ale elevilor și studenților. c)Explică rolul sprijinului individualizat în facilitarea progresului educațional. APTITUDINI Masterandul: a)Oferă asistență adaptată nevoilor individuale de învățare. b)Utilizează metode de feedback constructiv și motivant. c)Aplică strategii diferențiate de învățare, pentru promovarea participării active și a performanței tuturor beneficiarilor. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Masterandul: a)Creează un mediu educațional sprijinitor și motivant. b)Adaptează intervențiile educaționale în funcție de nevoile individuale. c)Colaborează eficient cu alți actori educaționali pentru susținerea progresului elevilor. CT2 CUNOȘTINȚE Masterandul: a)Cunoaște rolurile profesionale specifice și responsabilitățile asociate activităților motrice și sportive. b)Înțelege normele etice și de siguranță aplicabile domeniului. ABILITĂȚI Masterandul: a)Respectă termenele, sarcinile și procedurile asumate în cadrul activităților. b)Ia decizii argumentate în situații care implică siguranța și buna desfășurare a activităților sportive. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE Masterandul: a)Demonstrează responsabilitate în coordonarea grupurilor și activităților specifice. b)Gestionează autonom situațiile neprevăzute, menținând standarde profesionale ridicate

Data completării

29.09.2025

Semnătura titularului de curs

Dr. Piscoi Georgeta Lucia

Semnătura titularului de seminar

Dr. Piscoi Georgeta Lucia

Data avizării în departament

29.09.2025

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

Anul de studiu 1 / Semestrul 2

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

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 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO *	Activități motrice curriculare și extracurriculare

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Stagiu de practică sportivă școlară			2.2 Cod disciplină		BmBS2A13				
2.3. Titularul activității de curs			Dr. Marconi Roberto Gabriel								
2.4 Titularul activității de seminar/laborator			Dr. Marconi Roberto Gabriel								
2.5 Anul de studiu		1	2.6 Semestrul		2	2.7 Tipul de evaluare (E/C/VP)		ES	2.8 Regimul disciplinei (O - obligatorie, Op - opțională, F - facultativă)		Op

3. Timpul total estimat

3.1 Număr ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	0	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					0
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					24



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	28
d. Consultații	14
e. Examinări	2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)	4

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c+d)	66
3.8 Total ore activități universitare (e+f+3.4)	34
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	100
3.10 Numărul de credite **	4

* 1 credit = 25 ore

** Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	-
5.2 de desfășurare a seminarului	-
5.3 de desfășurare a laboratorului	Școală dotată cu sală de sport și terenuri exterioare de handbal, fotbal, baschet, volei,
5.4 de desfășurare a proiectului	-

6. Competențe specifice acumulate

6.1 Competențe profesionale	Cp 10 asigură respectarea disciplinei în rândul elevilor și studenților (2 credite)
6.2 Competențe transversale	Ct 3 construiește spirit de echipă (2 credite)

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Studentul să fie capabil ca la finalul activităților practice să își contureze o viziune multilaterală, asupra principalelor aspecte ale practicării, predării și organizării unor activități și competiții sportive la nivel de reprezentative școlare.
7.2 Obiectivele specifice	Să poată organiza, conduce și securiza activități și competiții sportive atractive în bazele sportive școlare.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

8. Conținuturi *

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.2 Bibliografie		
-		
8.3 Seminar	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.4 Bibliografie		
-		
8.5 Laborator	Metode de predare	Observații
1. Proiectarea unei lecții de educație fizică 2. Analiza metodelor de predare-învățare în educația fizică 3. Elaborarea unui plan de antrenament de bază pentru o disciplină sportivă 4. Prevenirea accidentărilor la orele de educație fizică 5. Rolul încălzirii și al revenirii în cadrul lecției 6. Integrarea jocurilor motrice în lecția de educație fizică 7. Planificarea unui eveniment sportiv școlar	Demonstrația; Explicația; Corectarea greșelilor, Execuția acțiunilor și deprinderilor învățate	4 ore/ tema
8.6 Bibliografie		
1. EPURAN, M., (2005), Metodologia cercetării activităților corporale, ediția a 2-a, București, FEST; 2. GAGEA, A., (1999), Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, București, Editura Fundației "România de Măine"; 3. NICULESCU, M., (2003), Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, vol. I și II, București, Editura BREN; 4. POPA, GH., (1999), Metodologia cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara; 5. SIMION, GH., (1998), Metodologia cercetării activității omului în mișcare, Pitești, Editura Universității din Pitești; 6. THOMAS, J. R., NELSON, J. K., (1996), Metodologia cercetării în activitatea fizică, vol. I, București, Editura M.T.S (SDP); 7. THOMAS, J. R., NELSON, J. K., (1997), Metodologia cercetării în activitatea fizică , vol. II , București Editura M.T.S.(SDP).		
8.7 Proiect	Metode de predare	Observații
-	-	-
8.8 Bibliografie		
-		

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
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
Operator de date cu caracter personal nr.2929

Conținutul disciplinei este în concordanță cu conceptele teoretice și practice naționale dar și internaționale, dezvoltând conținuturi noi față de alte centre universitare din țară.
Din punct de vedere al adaptării la piața muncii considerăm că informațiile și cunoștințele sunt în deplină concordanță cu evoluția rapidă a activităților de agrement agreate de publicul larg.
Disciplina oferă studenților o viziune globală integrativă privind modelul practicării și sau organizării unor activități de succes într-o gamă variată de posibilități de aplicare în viața practică și profesională

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1 Curs	-	-	-
10.2 Seminar	-	-	-
10.3 Laborator	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice	Evaluare orală. Prezentarea unui referat cu modul de organizare și conducere a unei competiții sportive la alegere.	100%
10.4 Proiect	-	-	-
10.5 Standard minim de performanță Nota minimă 5 (cinci) este obligatorie pentru alcătuirea echipelor reprezentative de fotbal, baschet, ciclul liceal în unitățile unde își desfășoară activitatea			

11. Rezultatele învățării

Cp 10 oferă feedback constructiv CUNOȘTINȚE: a) Cunoaște principiile comunicării educaționale eficiente; b) Identifică tipurile și funcțiile feedbackului în procesul instructiv-educativ; c) Explică rolul feedbackului în motivarea și orientarea elevilor/studenților spre progres. APTITUDINI: a) Formulează feedback clar, specific și adaptat nivelului de înțelegere al beneficiarului; b) Oferă feedback într-un mod constructiv, care stimulează învățarea și dezvoltarea personală; c) Utilizează feedbackul ca instrument de corectare, motivare și consolidare a cunoștințelor și abilităților. RESPONSABILITATE ȘI AUTONOMIE: a) Își asumă responsabilitatea de a sprijini în mod constant evoluția beneficiarilor prin feedback; b) Manifesta empatie și deschidere în relaționarea cu elevii/studenții; c) Respectă principiile etice în formularea și oferirea feedbackului.
Învățare motrică în educație fizică Etică și integritate academică Aplicații metodologice în activitatea fizică școlară

Data completării
2025-10-01

Semnătura titularului de curs
Dr. Marconi Roberto Gabriel

Semnătura titularului de seminar
Dr. Marconi Roberto Gabriel

Data avizării în departament

01.10.2025

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu