



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
 Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Educație fizică și sport
1.5. Anul universitar	2023-2024
1.6. Ciclu de studii	Licență
1.7. Specializarea / Programul de studii	Educație fizică și sportivă
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BIAF1001 Teoria și metodică educației fizice și sportului 1
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Andrei Vasile Liviu
2.3. Asistent	drd. Geantă Vlad Adrian
2.4. Anul de studiu	1
2.5. Semestrul	1
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4
3.2. Ore de curs pe săptămână	2
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56
3.5. Ore de curs pe semestru	28
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	28
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	0

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	0
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	0
3.4.4. Tutoriat	0
3.4.5. Examinări	0
3.4.6. Alte activități ...	0
3.7. Total ore studiu individual	0
3.8. Total ore pe semestru	56
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	
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	<p>Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar</p> <p>Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic</p> <p>Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă</p> <p>Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport</p>
6.2. Competențe transversale	

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Cunoștințe și deprinderi în T.M.E.F.S.
7.2. Obiectivele specifice	<p>Achiziția unor unități concrete și abstracte legate de disciplinele teoretice și practice specifice domeniului.</p> <p>Cunoașterea conținuturilor teoretice de integrare a componentelor care alcătuiesc disciplinele domeniului în vederea perfecționării dezvoltării fizice și a capacității motrice.</p> <p>Însușirea obiectivelor și competențelor pentru asigurarea finalităților educației.</p>

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
	Prelegere	

Studiul teoriei metodice ale teoriei educației fizice și sportului ca discipline sportive	interactivă, expunere cu oponent, conversație	2 ore
Teoria curriculară. Elemente de conținut ce celelalte laturi ale educației. Istorie și evoluție în știința educației fizice și sportului	Idem	2 ore
Noțiuni și categorii	Idem	2 ore
Sistemul de educație fizică și sport din România Funcțiile educației fizice și sportului	Idem	2 ore
Sistemul mijloacelor educației fizice și sportului	Idem	2 ore
Deprinderi și priceperi motrice	Idem	2 ore
Calități motrice	Idem	2 ore
Principiile de instruire în educație fizică și sport	Idem	2 ore
Lecția de educație fizică (tipologie, structură, conținut, lecția în condiții speciale)	Idem	2 ore
Evaluarea în educație fizică și sport	Idem	2 ore
Jocuri de mișcare în educație fizică, capacitatea de practicare independentă a exercițiilor fizice.	Idem	2 ore
Planificare și evidență în educație fizică. Legislație în educație fizică și sport	Idem	2 ore
8.2 Bibliografie Curs		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
TMEFS disciplină științifică, obiectul de studiu, locul, sarcinile, legături cu alte științe, descriere, elemente de referință și bibliografice	Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație	2 ore
Conceptele fundamentale, noțiunile TMEFS (educație fizică, educație sportivă, cultură fizică, capacitate motrică), sistemul mijloacelor	Idem	2 ore
Educația fizică și sportul – activități sociale (idealul, funcțiile și obiectivele EFS)	Idem	2 ore
Deprinderi și priceperi motrice	Idem	2 ore
Calități motrice	Idem	2 ore
Principiile de instruire în educație fizică și sport	Idem	2 ore
Metodele de cercetare în educație fizică și sport	Idem	2 ore
Lecția de educație fizică (tipologie, structură, conținut, lecția în condiții speciale)	Idem	2 ore
Evaluarea în educație fizică și sport	Idem	2 ore
Jocuri de mișcare în educație fizică, capacitatea de practicare independentă a exercițiilor fizice	Idem	2 ore
Planificare în evidență în educație fizică	Idem	2 ore
Legislație în educație fizică și sport	Idem	2 ore

8.4 Bibliografie Seminar

- 1.Andrei, V.L., Note de curs 2017, format electronic;
- 2.Andrei Vasile Liviu - „Teoria și metodică educației fizice și sportului”, Editura Mirton, Timisoara, 2010
- 3.Andrei Vasile Liviu, -ABC-ul educației fizice. Teorie și metodică, Editura Mirton, Timisoara, 2007,
- 4.Cârstea, Gh., „Educația fizică – teoria și bazele metodicii”, A. N. E. F. S., București, 1997.
- 5.Cârstea, Gh., „Educația fizică – fundamente teoretice și metodice”, Casa de editură Petru Maior, București, 1999.
- 6.Cârstea, Gh., „Teoria și metodică educației fizice și sportului”, Editura AN-DA, București, 2000.
- 7.Cerghit, I., „Metode de învățământ”, București, Ed. EDP-RA, 1997.
- 8.Dragnea, A., „Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice”, București, Centrul de multiplicare A.N.E.F.S., 1991.
- 9.Dragnea, A., „Antrenamentul sportiv”, București, EDP, 1996.
- 10.Epuran, M., „Metodologia cercetării activităților corporale – ed. a II-a”, Ed. FEST, 2005.
- 11.Stănescu, M., „Educația fizică pentru preșcolari și școlari mici”, București, Ed. Semne, 2002
- 12.Petrică, D. Scarlat, E. – „Educație fizică școlară”, Editura, Didactică și Pedagogică, București, 2004.
- 13.Ploșteanu, C., „Teoria educației fizice și sportului”, Editura, University Press, Galați, 2009

8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
8.6 Bibliografie Laborator		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

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

--

10. Evaluare (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	Cunoștințe teoretice	Examen scris	70%
10.2. Seminar			
10.3. Laborator	Cunoștințe/deprinderi practice în cercetarea experimentală	Teme, referate pe parcursul semestrelor	30%
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță			
Nota 5. Descrierea a 2 calități motrice la alegere, cu formele de manifestare și factorii de condiționare ai acestora.			

Titular Asistent DIRECTOR DEPARTAMENT DECAN
 doctor Andrei Vasile Liviu drd. Geantă Vlad Adrian Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu Prof. univ. dr. Vasile Liviu ANDREI