



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	Kinetoterapie
1.5. Anul universitar	2023-2024
1.6. Ciclu de studii	Licență
1.7. Specializarea / Programul de studii	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BIBF1O01 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	Cp2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (1 credit) Cp3 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 (1 credit) Cp4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă (1 credit) Cp5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport (1credit)
6.2. Competențe transversale	CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională(1 credit)

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	
7.2. Obiectivele specifice	Achiziția unor unități concrete și abstracte legate de disciplinele teoretice și practice specifice domeniului. Cunoașterea conținuturilor teoretice de integrare a componentelor care alcătuiesc disciplinele domeniului în vederea perfecționării dezvoltării fizice și a capacității motrice. Înșușirea obiectivelor și competențelor pentru asigurarea finalităților educației.

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
-------------------	-------------------	------------

Studiul teoriei si metodicii educatiei fizice si sportului ca discipline sportive	Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație	2 ore
Abordări didactice ale teoriei educației fizice și sportului	Idem	2 ore
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 calități motrice	Idem	2 ore
Calități motrice	Idem	2 ore
Principiile de instruire in educatie fizica si sport	Idem	2 ore
Metodele de cercetare in educatie fizica si sport	Idem	2 ore
Lectia de ed.fizica (tipologie,structura,continut, lectia in conditii speciale)	Idem	2 ore
Evaluarea in educatie fizica si sport	Idem	2 ore
Jocuri de miscare in educatia fizica,capacitatea de practicare independenta a exercitiilor fizice	Idem	2 ore
Planificare si evidenta in educatie fizica. Legislatie in educatie fizica si 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 și evidență în educație fizică	Idem	4 ore

Legislație în educație fizică și sport	Idem	4 ore
8.4 Bibliografie Seminar 1.Andrei, V.L., Note de curs 2017, format electronic; 2.Andrei Vasile Liviu - ,, Teoria și metodica educației fizice și sportului”, Editura Mirton,Timisoara,2010 3.Andrei Vasile Liviu,-ABC-ul educatiei fizice.Teorie si metodica,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 metodica 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 metodica 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	Cunoștințe/deprinderi practice în cercetarea experimentală	Teme/referate pe parcursul semestrelor	30%
10.3. Laborator			
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