



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

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>BIAS6O07 Activități motrice adaptate</b>
2.2. Titular Plan învățământ	<b>doctor Dulceanu Corina Ramona</b>
2.3. Asistent	<b>doctor Dulceanu Corina Ramona</b>
2.4. Anul de studiu	<b>3</b>
2.5. Semestrul	<b>2</b>
2.6. Tipul de evaluare	<b>ES</b>
2.7. Regimul disciplinei	<b>Ob</b>

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>
3.2. Ore de curs pe săptămână	<b>2</b>
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>56</b>
3.5. Ore de curs pe semestru	<b>28</b>
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	<b>28</b>
<b>Distribuția fondului de timp [Ore]</b>	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	<b>10</b>

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	24
3.4.4. Tutoriat	10
3.4.5. Examinări	9
3.4.6. Alte activități ...	6
3.7. Total ore studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	56
3.9. Numărul de credite	5

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

4.1. Precondiții de curriculum	<b>Materiale de specialitate Didactica educației fizice și sportului, Pedagogie, Psihologie</b>
4.2. Precondiții de competențe	<b>Cunoașterea metodicii EFS și terminologiei specifice persoanelor cu dizabilități</b>

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

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	<b>Sală de curs și seminar cu dotări adecvate; Bibliotecă cu lucrări de referință în domeniu, review-uri și articole, materiale digitale</b>
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	<b>Sală de gimnastică dotată cu aparatură și materiale specifice activității; materiale digitale, studii de caz, întrebări - test, manuale și cărți de specialitate.</b>
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

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

6.1. Competențe profesionale	<b>Cp 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (2 credite)</b>
6.2. Competențe transversale	<b>Ct 1. 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 (2 credite) Ct 2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive (1 credit)</b>

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<b>Formarea unui sistem de cunoștințe cu caracter științific și practico-metodic despre conținutul și caracteristicile educației fizice adaptate, ca ramură a educației fizice, ce urmărește recuperarea și integrarea socială a persoanelor cu nevoi speciale, prin promovarea programelor adaptate la diferite tipuri de deficiențe, în concordanță cu strategiile comunitare pentru acest domeniu.</b>
--	---

7.2. Obiectivele specifice	<p><b>Capacitatea de ameliora capacitatea funcțională a persoanelor cu nevoi speciale, de a reduce sau elimina efectele deficienței cu ajutorul exercițiului fizic.</b></p> <p><b>Capacitatea de a proiecta și aplica programe de activități motrice adaptate și individualizate, de a forma deprinderi sociale, gândire pozitivă și capacitate de autodeterminare la persoanele cu nevoi speciale.</b></p> <p><b>Capacitatea de elabora un program de cercetare în aria de cunoaștere a educației fizice și sportului adaptat.</b></p>
----------------------------------	---

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

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
<p>1. Abordări educaționale și obiectivele educației fizice și sportului adaptat. 2. Persoana cu deficiențe – delimitări conceptuale, terminologice. Clasificare. 3. Cadrul instituțional al educației fizice și sportului adaptat – echipa interdisciplinară de specialiști. 4. Direcțiile curriculare, proiectarea instruirii privind persoanele cu nevoile speciale. Principiile didactice adaptate privind persoanele cu nevoile speciale. 5. Principiile aplicării teoriei compensației în procesul instruirii. Principii didactice în educația fizică și sportul adaptat. 6. Învățarea și reînvățarea motrică. Condițiile învățării. Metode și modalități de instruire. Organizarea instruirii și stiluri de predare. 7. Deficiența de vedere. Definiție, clasificare, etiologie. Activități de educație fizică și sport adaptate persoanelor cu deficiențe de vedere. 8. Deficiențe de auz. Definiție, clasificare, etiologie. Activități de educație fizică și sport adaptate persoanelor cu deficiențe de auz. 9. Deficiența mintală. Definiție, clasificare, etiologie. Activități de educație fizică și sport adaptate persoanelor cu deficiențe mintale. 10. Întocmirea proiectelor didactice (planul de lecții) pentru persoanele cu deficiențe de vedere și de auz. 11. Persoanele defavorizate social. Aspecte ale organizării activităților de educație fizică și sport în centrele de plasament. 12. Particularitățile dezvoltării copiilor instituționalizați 13. Rolul educației fizice și sportului în procesul de socializare a copiilor instituționalizați. 14. Proiecte didactice (planuri de lecții) privind dezvoltarea fizică și integrarea socială a copiilor instituționalizați.</p>	<p>Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație</p>	<p>2 ore pentru o tematică de curs</p>
<p>8.2 Bibliografie Curs</p> <p><b>1. Dulceanu, C., Note de curs - ediție revizuită (suport electronic), 2023;</b>  <b>2. Dulceanu, C., Activități motrice adaptate – ediție revizuită, Editura Universității „Aurel Vlaicu”, Arad, 2014;</b>  <b>3. Teodorescu S., Bota A., Stănescu, Educație fizică și sport adaptat, Editura Semne, București, 2002;</b>  <b>4. Teodorescu Silvia, Aura Bota, Monica Stănescu - Activități motrice adaptate, Oradea, 2006;</b>  <b>5. Turcu, C., Dulceanu, C., - Didactica sportului adaptat, Editura Solness, Timișoara, 2009;</b>  <b>6. Vlad E., Evaluarea în actul educațional-terapeutic, Edit. Pro Humanitate, București, 1999;</b>  <b>7. Cucui, I.A., Activități motrice adaptate. Note de curs - Editura Universității Valahia din Târgoviște, 2017;</b>  <b>8. Alexandru, V., JOCUL DE BASCHET-VALENȚE ÎN INTEGRAREA SOCIALĂ A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI INTELECTUALE, Universitatea Ecologică din București, 2023.</b></p>		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
8.4 Bibliografie Seminar		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
<p>1. Elemente și exerciții la sol; 2. Elemente și exerciții de dezvoltare fizică generală; 3. Elemente și exerciții la bătă (echilibru); 4. Elemente și exerciții cu obiecte portative; 5. Elemente și exerciții la aparate speciale - scara fixă; 6.</p>	<p>Expunere, Explicații și</p>	

Elemente și exerciții la aparate speciale la lada de gimnastică; 7. Elemente și exerciții la bara de balet; 8. Elemente și exerciții din gimnastică ritmică; 9. Jocuri de mișcare adaptate deficiențelor; 10. Jocuri sportive adaptate deficiențelor; 11. Parcurșuri aplicative; 12. Ștafete; 13. Asistența în educația fizică adaptată. 14. Ajutorul în educația fizică adaptată.	demonstrații, Discuția, Conversația, Lucrul în echipă, Cooperare.	1 oră pentru fiecare temă de lucrări practice
<b>8.6 Bibliografie Laborator</b>  <b>1.Dulceanu, C., Note de curs - ediție revizuită (suport electronic), 2023;</b> <b>2.Dulceanu, C., Activități motrice adaptate – ediție revizuită, Editura Universității „Aurel Vlaicu”, Arad, 2014;</b> <b>3.Teodorescu S., Bota A., Stănescu, Educație fizică și sport adaptat, Editura Semne, București, 2002;</b> <b>4.Teodorescu Silvia, Aura Bota, Monica Stănescu - Activități motrice adaptate, Oradea, 2006;</b> <b>5.Turcu, C., Dulceanu, C., - Didactica sportului adaptat, Editura Solness, Timișoara, 2009;</b> <b>6.Vlad E., Evaluarea în actul educațional-terapeutic, Edit. Pro Humanitate, București, 1999;</b> <b>7. Cucui, I.A, Activități motrice adaptate. Note de curs - Editura Universității Valahia din Târgoviște, 2017;</b> <b>8. Alexandru, V., JOCUL DE BASCHET-VALENȚE ÎN INTEGRAREA SOCIALĂ A PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI INTELLECTUALE, Universitatea Ecologică din Bucuresti, 2023.</b>		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

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

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

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

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	<b>Susținerea de referate, Rezolvarea de itemi în cadrul evaluării finale</b>	Evaluare orală, Evaluare scrisă	70 %
10.2. Seminar			
10.3. Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participare activă la ore;</li> <li>• Dispoziție la efort fizic și intelectual;</li> <li>• Echipament adecvat;</li> <li>• Atitudine corespunzătoare pentru lucrul în echipă.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Executarea exercițiilor ca număr și corectitudine;</li> <li>• Evaluare continuă pe parcursul activității;</li> <li>• Teste pe parcursul semestrului și notarea lor;</li> </ul>	30%
10.4. Proiect			
<b>10.5 Standard minim de performanță</b>  <b>- 2 verificări practice pe parcursul celor 28 ore de LP, prin predare la clasele speciale cu teme stabilite de profesorii titulari;</b> <b>- 2 referate realizate și susținute în cadrul orelor practice, admise cu minimum nota 5, reprezintă modalitatea de obținere a numărului de credite prevăzut pentru activitatea independentă</b>			

Titular

Asistent

DIRECTOR DEPARTAMENT

DECAN

doctor Dulceanu Corina  
Ramona

doctor Dulceanu Corina  
Ramona

Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI