ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	**Anatomie funcțională**						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Univ. Dr. Oana Neamțu						
2.3 Titularul/ titularii activităților de seminar	Conf. Univ. Dr. Oana Neamtu Asist. Univ. Dr. Cătălin Popa						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					58
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					6
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

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	sala cu dotare tehnica - PC, videoproiector, ecran
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Mulaje anatomice: craniu, coloana vertebrala flexibila, model clasic de osteoporoza, articulatia umarului, articulatia soldului, articulatia cotului, articulatia genunchiului; Schelet uman tip STAN pe suport cu role; Piese osoase provenite de la cadavre umane; Planse anatomice; Computer; Cd-uri interactive 3 B (Human Anatomy)

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul explică noţiunile fundamentale de anatomie, poziţia anatomică şi planurile corpului. Descrie structura şi funcţia principală a oaselor, articulaţiilor şi muşchilor corpului uman. Identifică clasificarea articulaţiilor şi a muşchilor pe criterii morfologice şi funcţionale.	
Aptitudini (Abilităţi)	La finalul cursului, studentul: Identifică pe modele, planşe sau prin palpare reperele osoase şi grupele musculare majore. Corelează articulaţiile şi grupele musculare cu mişcările principale pe care le realizează. Aplică terminologia anatomică corectă în descrierea structurilor şi mişcărilor. Integrează cunoştinţele anatomice în analiza unor exemple simple de mişcare sau postură.	
Responsabilitate şi autonomie	Demonstrează capacitatea de a lucra individual şi în echipă pentru îndeplinirea sarcinilor practice de identificare şi analiză anatomică. Îşi asumă responsabilitatea aplicării corecte a noţiunilor de anatomie în contexte educaţionale şi profesionale. Integrează cunoştinţele de anatomie funcţională în procesul decizional, adaptând soluţiile la situaţii clinice concrete din domeniul kinetoterapiei.	

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Curs introductiv: definitia anatomiei, diviziuni, terminologie anatomica uzuala.Tesuturi: definitie, clasificare, notiuni de ontogeneza	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
2.Introducere in osteologie			1
3.Introducere in artrologie			1
4.Introducere in miologie.			1
5. Introducere in studiul sistemului nervos: neuroni;Sistem nervos periferic: maduva spinarii nervi spinali, plexuri nervoase.			1
6. Trunchiul cerebral. Nervi cranieni.			1
7. Cerebel, diencefal, scoarta cerebrala			1
8. Capul, gatul si trunchiul: regiuni topografice, factori ososi, musculari, articulari, nervosi, vasculari			1
9. Membrul superior: regiuni topografice, factori oso si, musculari, articulari, nervosi, vasculari.			1
10. Membrul inferior: regiuni topografice, factori ososi, musculari, articulari, nervosi, vasculari			1
11. Cavitatea toracica. Sistemul respirator			1
12. Sistemul cardiovascular			1
13. Cavitatea abdominala. Sistemul digestiv			1
14. Sistemul uro-genital			1

Bibliografie:

Avramescu, E.T., Rusu, L., Ciupeanu – Calugaru, D. (2005). Anatomia omului Ed. Universitaria

Blaudine, C.G. (1991). Anatomie pour le mouvement

Dragoi, Gh., coautori (2003).Anatomia generala a sistemelor corpului omenesc- volumul I, Ed. Medicala

Rusu, L., Rinderu, E.T. Ciupeanu, D. (2004). Anatomia omului, volum II – curs pentru studenti, Tipografia Universitatii din Craiova

Rinderu, E.T, Rusu, L., Rosulescu, E. (2003). Anatomia omului - bazele anatomice ale miscarii,vol I, Editura Universitaria

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Coloana vertebrala: caractere generale si regionale ale vertebrelor, articulatii	Față în față	Explicația, descrierea, observația, demonstrația, exersarea, evaluarea învățării.	2 ore
Scheletul toracelui; articulatii.			2 ore
Scheletul umarului; complexul articular al umarului			2 ore
Scheletul membrului superior liber; articulatii.			2 ore
Bazinul osos; articulatii			2 ore
Scheletul membrului inferior liber; articulatii.			2 ore
Scheletul capului; colocviu recapitulativ			2 ore
Muschii gatului; muschii spatelui.			2 ore
Muschii toracelui; muschii abdomenului.			2 ore
Muschii umarului			2 ore
Muschii membrului superior liber.			2 ore
Muschii bazinului.			2 ore
Muschii membrului inferior liber			2 ore
Recapitulare – discutia subiectelor din grila de examen			2 ore
Bibliografie:			
Avramescu, E.T., Rusu, L., Ciupeanu – Calugaru, D. (2005). Anatomia omului Ed. Universitaria			
Rinderu ET, 2003, Bazele anatomice ale miscarii - curs practic pentru studentii facultatilor de kinetoterapie, Tipografia Universitatii din Craiova			
Netter, F.H. (2013). Md - Netter, atlas de anatomie a omului, Editura Medicala Callisto			
Papilian, V. (2010). Anatomia omului, Editura Editura ALL			
Rinderu, E.T, Rusu, L., Rosulescu, E. (2003). Anatomia omului - bazele anatomice ale miscarii,vol I, Editura Universitaria			

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

In scopul indeplinirii în conditii de eficienta si eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea si desfasurarea activitatilor specifice interventiilor kinetoterapeutice sunt necesare cunostinte aprofundate de anatomie a sistemului neuromioartrokinetic, cu aplicatii clinice si biomecanice (posturi, lanturi cinematice, activitati motorii complexe).

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Explicarea corecta a conceptelor si notiunilor specifice anatomie	Examen scris (grilă)	80%
9.5. Activități aplicative	Identificarea principalelor structuri anatomice	Evaluare practică Observație sistematică	20%
9.6. Standard minim de performanță			

1. Cunoștințe teoretice de bază
Studentul trebuie să fie capabil să:
Defină anatomia, să cunoască poziția anatomică de referință și planurile anatomice.
Enumere principalele tipuri de țesuturi și rolul lor.
Identifice și clasifice principalele oase și articulații ale corpului uman.
Cunoască grupele musculare mari și funcțiile lor de bază (agonist/antagonist).
Înțeleagă principiile generale de biomecanică (tipuri de mișcări, pârghii, axe și planuri).
2. Abilități practice minime
Studentul trebuie să fie capabil să:
Localizeze pe planșe, modele sau imagini anatomice structurile osteo-articulare și musculare de bază.
Recunoască repere anatomice majore prin palpare (ex.: olecran, rotulă, spine iliace, tendonul lui Achile).
Descrie mișcările principale din articulațiile mari (umăr, cot, șold, genunchi, gleznă).
Coreleze un mușchi sau grup muscular cu funcția sa principală (ex.: biceps brahial – flexia antebrațului).
3. Aplicații clinice de bază
Studentul trebuie să fie capabil să:
Asocieze o articulație sau grup muscular cu o afecțiune frecventă (ex.: genunchi – leziuni de menisc; umăr – luxații).
Explice, în termeni simpli, de ce cunoașterea anatomiei este esențială în evaluare și recuperare.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Neamțu Oana

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE-HANDBAL				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr. Popescu Marius Cătălin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr. Popescu Marius Cătălin				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					19
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					2
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de calcul și internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de handbal

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică şi descrie metodica de predare a handbalului, regulamentul jocului şi pregătirea echipei reprezentative şcolare.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica şi desfăşura lecţii eficiente de handbal şi de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor şi antrenamentelor. Planifică şi desfăşoară lecţii interactive, demonstrează tehnicii de execuţie a diferitelor procedee. Stabileşte structura lecţiilor, demonstrează exerciţii şi corectează tehnica de execuţie. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri şi evaluează abilităţile jucătorilor.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Creează şi gestionează programe de pregătire şi evaluare a elevilor. Iniţiază şi dezvoltă programe de handbal, adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor şi adaptează programul în funcţie de nevoile lor. Creează un mediu de învăţare sigur şi motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe şi de a promova fair-play în competiţii. Evaluează abilităţile elevilor şi adaptează lecţiile de antrenament.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Cerinţe ale disciplinei pentru curs. Repere istorice ale evoluţiei jocului de handbal	faţă în faţă	prelegere	1
2.Handbalul ca mijloc al educaţiei fizice şi sportului			1
3.Tehnica jocului de handbal. Acţiuni individuale			2
4.Tactica jocului de handbal. Acţiuni colective în atac; atacul în sistem. Acţiuni colective în apărare; jocul în sistem; sistemul de apărare 6:0			2
5.Regulamentul jocului de handbal			1
6.Faza I şi faza III-a a apărării – Replierea şi organizarea apărării			2
7.Faza a II-a a atacului – Contraatacul susţinut			1
8.Concepţia de joc şi de instruire în jocul de handbal			1
9.Caracteristicile efortului în jocul de handbal. Contribuţia jocului la dezvoltarea calităţilor motrice specifice			2
10.Sistemul competiţional intern şi Regulamentul de organizare a competiţiilor			1

Bibliografie

Bota, I., & Bota M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului*, Editura Turism, Bucureşti

Hantău, C. (2000). *Handbal. Editura Alpha*, Bucureşti

Mihăilă, I. (2013). *Handbal. Teoria jocului,* Editura Universităţii din Piteşti.

Mihăilă, I. (2013). *Handbal. Exerciţii pentru joc.* Editura Universităţii din Piteşti

Orţănescu, C. (2007). *Handbal. Antrenament şi competiţie.* Editura Universitaria,Craiova

Orţănescu, C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de bază.* Editura Universitaria,Craiova

Orţănescu, C., & Popescu C. M. (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Editura Universitaria, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice. Poziţia fundamentală pentru atac şi apărare. Mişcarea în teren.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	2
2. Ţinerea, prinderea şi pasarea mingii.			2
3. Driblingul, fentele şi mişcările înşelătoare			2
4. Aruncările la poartă cu pas adăugat, încrucişat şi din săritură.			2
5.Scoaterea mingii de la adversar. Blocarea aruncărilor. Atacarea adversarului.			2
6. Tehnica portarului.			2
7. Faza I a atacului – Contraatacul.			2
8. Faza a II-a a atacului – Contraatacul susţinut			2
9. Faza a IV-a a atacului – Jocul în sistem.			2
10. Sistemul de atac cu un pivot şi cu doi pivoţi.			2
11. Pasarea mingii în pătrundere sccesivă. Pasele de angajare a jucătorilor de semicerc.			2
12.Încrucişarea. Paravanul. Blocajul şi plecarea din blocaj.			2
13.Replierea în apărare. Preluarea, predarea şi schimbul de oameni în apărare.			2
14.Sistemul de apărare 6+0			2

Bibliografie

Bota, I., & Bota M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului.* Editura Turism, Bucureşti

Hantău, C. (2000). *Handbal. Editura Alpha*, Bucureşti

Mihăilă, I. (2013). *Handbal. Teoria jocului.* Editura Universităţii din Piteşti.

Mihăilă, I. (2013). *Handbal. Exerciţii pentru joc.* Editura Universităţii din Piteşti

Orţănescu, C. (2007). *Handbal. Antrenament şi competiţie.* Editura Universitaria,Craiova

Orţănescu, C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de bază.* Editura Universitaria,Craiova

Orţănescu, C., & Popescu C. M. (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Editura Universitaria, Craiova

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al jocului de handbal, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor din jocul de handbal şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	examen	70%

9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor din jocul de handbal folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală.	evaluare practică; observaţie sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea şi aplciarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv – educative şi a structurilor de exerciţii prevăzute în programa şcolară în învăţământul preuniversitar Stăpânirea terminologiei specifice handbalului şi implicit a celei specifice domeniului revăzută în caietul de studiu individual ce include teme periodice creativ			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Popescu Marius Cătălin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE-VOLEI				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Pascu Dănuț				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Pascu Dănuț				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					6
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

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 dotată cu videoproiector
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Echipamente, instalatii si material specific necesare predarii jocului de volei

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Utilizează adecvat terminologia specifică jocului de volei Demonstrează elementele și procedeele tehnice specifice jocului de volei Selectează și introduce conținuturilor specifice jocului de volei pe cicluri de învățământ Aplică tehnicile și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor de educație fizică
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica și desfășura lecții eficiente de volei și de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor și antrenamentelor. Planifică și desfășoară lecții interactive, demonstrează tehnicii de execuție a diferitelor procedee. Stabilește structura lecțiilor, demonstrează exerciții și corectează tehnica de execuție. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează abilitățile jucătorilor
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de volei adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe și de a promova fair-play în competiții. Evaluează abilitățile elevilor și adaptează lecțiile de antrenament.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Noţiuni de bază din educaţie fizică şi din jocurile sportive - volei	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	1
Istoricul jocului de volei.			1
Regulamentul de joc.			1
Caracteristicile jocului de volei. Sistematizările din cadrul jocului de volei.			2
Acţiuni specifice de joc fără minge			2
Acţiuni de joc cu mingea, specifice atacului			2
Acţiuni de joc cu mingea, specifice apărării			2
Greşeli specifice de tehnică şi de regulament			1
Tactica de joc în faza de apărare			2

Bibliografie:

Abbas, I. F. (2025). The effect of special exercises using some educational methods in learning some basic volleyball skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 35*(3).

City of Saint Paul. (n.d.). *Municipal 8-Week Training – Volleyball.* https://www.stpaul.gov/sites/default/files/Media%20Root/Parks%20%26%20Recreation/Muni%208_week_training_-_Volleyball.pdf

Jariono, G., Nurhidayat, Sudarmanto, E., Nugroho, H., Maslikah, U., & Budiman, I. A. (2023). Basic Volleyball Technical Skills for Students: Validity and Reliability. *Physical Education Theory and*

Methodology, *23*(5), 747–753.
Fédération Internationale de Volleyball (FIVB). (2024). *FIVB Coach Manual.* https://www.fivb.com/wp-content/uploads/2024/03/FIVB_Coach_Manual_EN.pdf
Shaao M. (2013). *Volei curs de bază*, Editura Universitaria

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Testarea cunoştiinţelor şi deprinderilor specifice formate în perioadele şcolare anterioare.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, poziţii şi practică, exersare deplasări			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, lovirea cu două mâini de sus înainte			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, serviciul de jos			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, lovirea mingii cu două mâini de jos înainte.			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, serviciul de sus			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, lovitura de atac			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, blocajul individual			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de volei, blocajul colectiv			2
Formarea deprinderilor specifice jocului de voleiplonjonul înapoi şi lateral şi prin alunecare			2
Aşezarea înteren la efectuarea şi primirea serviciului			2
Joc în sistem (avansat, retras, cu şi fără libero)			2
Mini-jocuri şi joc bilateral			2
Evaluarea practică finală			2

Bibliografie:

Abbas, I. F. (2025). The effect of special exercises using some educational methods in learning some basic volleyball skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *35*(3).
City of Saint Paul. (n.d.). *Municipal 8-Week Training – Volleyball.* https://www.stpaul.gov/sites/default/files/Media%20Root/Parks%20%26%20Recreation/Muni%208_week_training_-_Volleyball.pdf
Jariono, G., Nurhidayat, Sudarmanto, E., Nugroho, H., Maslikah, U., & Budiman, I. A. (2023). Basic Volleyball Technical Skills for Students: Validity and Reliability. *Physical Education Theory and Methodology*, *23*(5), 747–753.
Fédération Internationale de Volleyball (FIVB). (2024). *FIVB Coach Manual.* https://www.fivb.com/wp-content/uploads/2024/03/FIVB_Coach_Manual_EN.pdf

Shaao M. (2013). *Volei curs de bază*, Editura Universitaria

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de volei, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a executa secvențe de lecție cu temă din volei. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen scris). Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o secvență de lecție cu temă din volei (evaluare practică).			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Pascu Dănuț

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
DEPARTAMENTUL TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 146, 200585,
tel: 0251-422743, fax: 0251-422743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Fundamentele ştiinţifice ale jocului de fotbal				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.4. Anul de studiu	1	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					58
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					8
Alte activităţi.....					24
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice predării fotbalului Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice fotbalului

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de specialitate: videoproiector, smart TV
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Echipamente, instalații și materiale specifice, necesare predării fotbalului

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: 1. Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: 1. Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. 2. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. 3. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: 1. Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. 2. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. 3. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. 4. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS (1 curs de 2 ore la două săptămâni)	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Apariţia şi evoluţia jocului de fotbal	Faţă în faţă	Expunere, Prelegere, Dezbatere	1
2. Regulamentul de organizare a activităţii fotbalistice	Faţă în faţă		1
3. Introducere în tehnica jocului de fotbal	Faţă în faţă		4
4. Introducere în tactica jocului de fotbal	Faţă în faţă		4
5. Organizarea şi conducerea lecţiilor de fotbal. Structura lecţiei de fotbal.	Faţă în faţă		2
6. Pregătirea psihologică în jocul de fotbal.	Faţă în faţă		1
7. Cunoştinţe despre anatomie, alimentaţie şi prevenirea accidentărilor în jocul de fotbal.	Faţă în faţă		1

Bibliografie:

1. Barbu, D. (2010). *Fotbal. Curs de bază pentru studenţi*. Craiova, Edit. Universitaria.
2. Barbu, D. (2009). *Fotbal. Pregătirea psihologică*. Craiova, Edit. Universitaria.
3. Barbu, D. (2008). *Tehnica jocului de fotbal*. Craiova, Edit. Universitaria.
4. Stoica D. (2005). *Fotbalul în şcoală*. Craiova, Edit. Universitaria.
5. Stoica D. (1999). *Fotbal. Tehnica Jocului*. Craiova, Ed. Sitech.
6. Barbu, D. (2012). *Teoria şi practica în fotbalul de înaltă performanţă*. Craiova, Edit. Universitaria şi Pro Universitaria.
7. Stoica, D., Barbu, D. (2014). *Aprofundare în ramura sportivă - Fotbal*, Craiova, Edit. Sitech.
8. Dragnea, A.; Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului*. Bucureşti, Edit. Fest.
9. Ionescu, I. (1995). *Fotbal*, Ed. Helicon.
10. Motroc, I., Motroc, FL. (1996). *Fotbalul la copii şi juniori*. Bucureşti, Edit. Didactică şi Pedagogică

7.2. Seminar/laborator (2 ore de lucrări practice pe săptămână)	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Predarea noţiunilor de regulament şi arbitraj prin jocuri.	Faţă în faţă	Explicaţia Demonstrarea Exersarea Feed-back	2
2. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea elementelor de tehnică fără minge;	Faţă în faţă		2

3. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea procedeelor tehnice de transmitere a mingii, toate procedeele;	Faţă în faţă		2
4. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea procedeelor tehnice de intrare în posesia mingii, toate procedeele;	Faţă în faţă		2
5. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea procedeelor tehnice de păstrare a posesiei mingii, elemente şi procedee de joc ale portarului, toate procedeele;	Faţă în faţă		2
6. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea procedeelor tehnice de joc ale portarului, toate procedeele;	Faţă în faţă		
7. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii individuale în atac – depăşirea individuală (driblingul);	Faţă în faţă		2
8. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii individuale în atac – demarcarea;	Faţă în faţă		2
9. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii individuale în apărare – presiunea şi marcajul;	Faţă în faţă		2
10. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii colective în atac – pasarea mingii;	Faţă în faţă		2
11. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii colective în atac – un-doiul şi învăluirea;	Faţă în faţă		2
12. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea tacticii colective în apărare dublajul;	Faţă în faţă		2
13. Structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea sistemului de joc, faze fixe în atac şi apărare;	Faţă în faţă		2
14. Lecţie de evaluare	Faţă în faţă		2

Bibliografie:

1. BARBU, D. (2010). *Fotbal. Curs de bază pentru studenţi*. Craiova, Edit. Universitaria.
2. BARBU, D. (2009). *Fotbal. Pregătirea psihologică*. Craiova, Edit. Universitaria.
3. BARBU, D. (2008). *Tehnica jocului de fotbal*. Craiova, Edit. Universitaria.
4. STOICA D. (2005). *Fotbalul în şcoală.* Craiova, Edit. Universitaria.
5. STOICA D. (1999). *Fotbal. Tehnica Jocului.* Craiova, Ed. Sitech.
6. BARBU, D. (2012). *Teoria şi practica în fotbalul de înaltă performanţă.* Craiova, Edit. Universitaria şi Pro Universitaria.
7. STOICA, D., BARBU, D. (2014). *Aprofundare în ramura sportivă - Fotbal*, Craiova, Edit. Sitech.
8. DRAGNEA, A.; MATE-TEODORESCU, S. (2002). *Teoria sportului.* Bucureşti, Edit. Fest.
9. IONESCU, I. (1995). *Fotbal*, Ed. Helicon.
10. MOTROC, I., MOTROC, FL. (1996). *Fotbalul la copii şi juniori.* Bucureşti, Edit. Didactică şi Pedagogică, RA.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al jocului de fotbal la orice nivel de instruire, corespunzător cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	C: Participare activă la cursuri	Examen	60%

9.5. Seminar/laborator	L: Participare activă la lucrările practice	Testare practică	40%
9.6. Standard minim de performanță			
- Cunoașterea metodicii de învățare a mijloacelor jocului de fotbal cerute prin prisma teoriei și metodicii de predare; - Stăpânirea terminologiei specifice educației fizice şi a jocului de fotbal; - Capacitate de demonstrare corectă a exercițiilor specifice jocului de fotbal evidențiate în cadrul testărilor periodice.			

Data completării:
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf. univ. dr. Barbu Dumitru
Semnătura titularului

.....

Data avizării în departament:
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ. dr. Nanu Costin Marian
Semnătura directorului de departament,

.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Kinesiologie				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Dragomir Mihai Marian				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Dragomir Mihai Marian				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					58
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					6
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

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 dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu materiale specifice

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică noţiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activităţii de educaţie fizică şi sport, principiile, metodele şi mijlloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate şi activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ şi performanţial.	
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Utilizează noţiunile fundamentale ale motricităţii umane în contexte variate. Clasifică formele de organizare şi practicare a activităţii de educaţie fizică şi sport. Utilizează terminologia, în funcţie de activităţile motrice.	
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Identifică acte, acţiuni şi activităţi motrice. Oferă consultanţă în alegerea formelor de organizare şi practicare a activităţilor, în funcţie de contextul şi scopurile specifice. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.	

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Introducere in kinesiologie	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
Bazele teoretice ale kinesiologiei			2
Sistem osos – anatomie aplicata			1
Sistem muscular – anatomie aplicata			2
Sistem articular – anatomie aplicata			1
Sistem nervos – anatomie aplicata			2
Mersul			2
Efortul si oboseala in activitatatile de miscare			2
Fitness-ul – sinteza capacitatii de miscare			1
Bibliografie:			
Sbenghe, T. (1987). Kinetologie - profilactica terapeutica si de recuperare Sbenghe, T. (2002). Kinesiologie – stiinta miscarii , Bucuresti Rusu, L. (2007). Interventia kinetica in afectiunile sistemului neuromioartrokinetic, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Introducere in kinesiologie	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Bazele teoretice ale kinesiologiei			4
Sistem osos – anatomie aplicata			2
Sistem muscular – anatomie aplicata			4
Sistem articular – anatomie aplicata			2
Sistem nervos – anatomie aplicata			4
Mersul			4
Efortul si oboseala in activitatatile de miscare			4
Fitness-ul – sinteza capacitatii de miscare			2
Bibliografie:			
Sbenghe, T. (1987). Kinetologie - profilactica terapeutica si de recuperare Sbenghe, T. (2002). Kinesiologie – stiinta miscarii , Bucuresti Rusu, L. (2007). Interventia kinetica in afectiunile sistemului neuromioartrokinetic, Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Continutul disciplinei este in concordanta cu programele celorlalte centre universitare din tara si din strainatate, urmarind totodata facilitarea insertiei viitorilor absolventilor pe piata muncii

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	50%
9.5. Activități aplicative	Capacitatea de a opera cu cunostintele asimilate	Evaluare practică Observație sistematică	50%
9.6. Standard minim de performanță			
Sa indeplineasca conditiile minime de prezenta conform cerintelor Sa obtina, conform baremului, nota 5 la examinarea finala de testare a cunostintelor			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Dragomir Mihai Marian

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Limba engleză				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Asist. Univ. Dr. Rusu Mihai Robert				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist. Univ. Dr. Rusu Mihai Robert				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs		3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	28	din care: 3.5 curs		3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					22
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					-
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					-
3.7. Total ore studiu individual					22
3.8. Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•cunostinte de limba engleza nivel A1
4.2 de competenţe	•cunoasterea terminologiei de specialitate, conversatie, traducere texte de specialitate

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1 de desfăşurare a cursului	
5.2 de desfăşurare a seminarului/laboratorului	• sala cu dotare tehnica- PC, videoproiector, ecran

6. Competenţele specifice acumulate

Competenţe profesionale	• Cunoasterea elementelor care reprezinta termeni de baza de anatomie, fiziologie, termeni specifici domeniului Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice
Competenţe transversale	• Aplicarea in practica a cunostintelor fundamentale prin exercitii de traducere a textelor de specialitate

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Sport terminology	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	4
Dictionary of Sport and Exercise Science			4
English for specific purpose			4
Glossary of gymnastics terms			4
Glossary of Volleybal terms			4
Glossary of Handball terms			4
Text translation			4

Bibliografie

1.Basturkmen, H. 2010. *Developing Courses in English for Specific Purposes*. London: Palgrave MacMillan.

2. Biber, D., Johansson, S., Leech, G., Conrad, S., Finegan, E. 2007. *Longman Grammar of Spoken and Written English.* London: Longman.

3. Day, J., Krzanowski, M. 2011. *Teaching English for Specific Purposes. An Introduction.* Cambridge: Cambridge University Press.

4. Glendinning, E., Howard, R. 2007. *Professional English in Use. Medicine*. Cambridge: Cambridge University Press.

5. Plag, I. 2003. *Word-Formation in English*. Cambridge: Cambridge University Press.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice aplicării conţinutului formativ al disciplinei, înţelegerii termenilor de specialitate, traducerii de texte de specialitate

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activități aplicative	Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoasterea termenilor specifici domeniului ȘSEF în limba engleză			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Asist.univ.dr. Rusu Mihai Robert

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ŞI METODICA EDUCAŢIEI FIZICE ŞI SPORTULUI				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf. univ. dr. Ungureanu-Dobre Aurora				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Ungureanu-Dobre Aurora				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					13
Tutoriat					
Examinări					6
Alte activităţi.....					2
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competenţe	Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică.

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Aula 1 – Facultatea de Educaţie Fizică şi Sport Instalaţii şi materiale auxiliare necesare desfăşurării lecţiilor teoretice de curs (laptop, internet prezentari PP, tablă).
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Instalaţii şi materiale auxiliare necesare desfăşurării lecţiilor lucrărilor practice (laptop, internet, prezentari PP, tablă, coli cartonate, carioci colorate).

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - explică şi interpretează concepte generale, principii şi metode de bază din domeniul motricităţii umane, al organizării şi conducerii activităţii specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiţionale, terapeutice şi organizaţionale. - explică şi aplică în mod creativ, achiziţiile teoretice şi practice din domeniul educaţiei fizice şi sportului prin adaptarea şi particularizarea intervenţiilor. - explică noţiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activităţii de educaţie fizică şi sport, principiile, metodele şi mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate şi activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ şi performanţial.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii şi practicii educaţiei fizice, sportului - colectează, selectează şi prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice şi experimentale. - utilizează noţiunile fundamentale ale motricităţii umane în contexte variate. - clasifică formele de organizare şi practicare a activităţii de educaţie fizică şi sport
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul - argumentează în mod autonom şi responsabil aplicarea cunoştinţelor teoretice şi practice. - demonstrează autonomie în analiza şi caracterizarea problematicii specifice domeniului. - realizează lucrări, rapoarte şi prezentări de specialitate în format digital - identifică şi rezolvă probleme de specialitate aplicând tehnici de lucru şi de cercetare adaptate condiţiilor şi scopului activităţilor pe care le desfăşoară - exercită diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare (inclusiv rolul de coordonator al acestora). - exemplifică acte, acţiuni şi activităţi motrice. - oferă feedback constructiv pentru îmbunătăţirea tehnicii şi performanţei în funcţie de principiile şi metodele învăţate. - adaptează conţinutul exerciţiilor în funcţie de forma de organizare şi practicare a acestuia

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. TMEFS disciplină ştiinţifică obligatorie în învăţământul universitar / Noţiuni teoretice fundamentale în teoria şi metodica educaţiei fizice şi sportului.	Faţă în faţă	• de tip expozitiv-euristic: prelegere, explicaţie, problematizare. • prezentări în Power Point; • concursuri interactive. • dezbateri	2
2. Sistemul mijloacelor educaţiei fizice şi sportului			2
3. Metode de cercetare în domeniul de activităţi fizice şi sportive			2
4. Viteza: definiţie, factorii limitativi, formele de manifestare şi procedeele metodice de dezvoltare.			2
5. Capacităţi coordinative/Îndemânarea: definiţie, factorii limitativi, formele de manifestare şi procedeele metodice de dezvoltare.			2
6. Mobilitatea articulară şi supleţea musculară: definiţie, factorii limitativi, formele de manifestare şi procedeele metodice de dezvoltare.			2

7. Rezistenţa: definiţie, factorii limitativi, formele de manifestare şi procedeele metodice de dezvoltare.			2
8. Forţa: definiţie, factorii limitativi, formele de manifestare şi procedeele metodice de dezvoltare.			2
9. Deprinderile şi priceperile motrice			2
10. Lecţia de educaţie fizică şi sport (Argumente, Tipologie, Structură, Pregătirea şi conducerea lecţiei).			2
11. Efortul în lecţia de educaţie fizică.			2
12. Densitatea lecţiei de educaţie fizică.			2
13. Metode de instruire în educaţie fizică			2
14. Principiile didactice			2

Bibliografie:

1. Albu C-tin., Albu, A., Vlad, T.B., Iacob. I. (2006) - *Psihomotricitatea*, Editura Institutul European, Iaşi.
2. Cătăneanu, M.S., Ungureanu, A. (2016). *Educaţie fizică şi sportivă şcolară, Teoria şi metodica predării - Ediţia a II-a, revăzută şi adăugită. Craiova.* Editura Universitaria.
3. Epuran, M. (2011). *Motricitate şi psihism în activităţile corporale.* Bucureşti, Editura FEST.
4. Epuran, M. & Stănescu M. (2010). *Învăţarea motrică – aplicaţii în activităţi corporale*. Bucureşti. Editura Discibolul.
5. Neagu, N. (2012). *Teoria şi practica activităţii mortice umane.* Mamaia, Editura University Press.
6. Ungureanu - Dobre, A. (2024). *Practica si metodica activitaţilor motrice pe grupe de vârstă - CURS. Ediţie revăzută şi adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
7. Ungureanu - Dobre, A. (2023). *Predarea unităţilor de învăţare prin jocuri de mişcare – Ediţie revăzută şi adăugită.* Craiova, Editura Universitaria
8. Ungureanu, A. (2013). *Metodica educaţiei fizice în învăţământul preşcolar şi primar Ediţia aIIa Revăzută şi Adăugită.* Craiova. Editura Universitaria Craiova.
9. Ungureanu, A. (2013). *Teoria Educaţiei Fizice şi Sportului - Caiet de orientare a dezbaterilor la seminar*. Bucuresti, Editura BREN.
10. Ungureanu, A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice şi Sportului – Editia a II a.* Craiova, Editura Universitaria,
11. Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/
12. Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/

https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdf

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Deosebiri intre noţiunile teoretice fundamentale Educatia Fizica şi Sportul. Obiectivele educaţiei fizice: generale, ale principalelor subsisteme ale acestora şi operaţionale. (Psihomotricitatea- studiu individual).	Faţă în faţă	- de tip evaluativ-stimulativ: observaţie, apreciere verbală, evaluare formativă (continuă); - metoda conversaţiei, dezbaterea, prelegerea, prezentări în Power Point, Brainstormingul, studiul individual, - lucru pe grupe - evaluarea / autoevaluarea temelor / referatelor elaborate de studenţi	2
2. Modalităţi de elaborare a exerciţiilor fizice.			2
3. Referatul ştiinţific - definiţie, schema şi modalităţi de elaborare.			2
4.Tehnologia acţionării pentru dezvoltarea calităţii motrice viteza - mijloace de acţionare / locul şi rolul în lecţie.			2
5. Tehnologia acţionării pentru dezvoltarea calităţii motrice capacitatăţii coordinative / îndemânarea - mijloace de acţionare / locul şi rolul în lecţie.			2

6. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea calității motrice Mobilitatea articulară şi supleţea musculară - mijloace de acţionare / locul şi rolul în lecţie.			2
7. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea calității motrice rezistența - mijloace de acţionare / locul şi rolul în lecţie.			2
8. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea calității motrice forța - mijloace de acţionare / locul şi rolul în lecţie.			2
9. Jocurile de mişcare (consideraţii generale, clasificare, jocul de mişcare ca mijloc al educaţiei fizice, locul jocurilor de mişcare în lecţia de educaţie fizică, organizarea şi desfăşurarea jocurilor) / Aanaliză video şi elaborare de jocuri de mișcare pentru calități motrice.			2
10. Organizarea şi desfăşurarea lecției de educație fizică, în aer liber, pe timp friguros şi în condiții speciale.			2
11. Forme de organizare a colectivului de elevi şi procedee de organizare a exersării.			2
12. Întocmirea unui protocol de densitate la o lecţie de educaţie fizică direct în unităţile şcolare din învățământul preuniversitar sau vizionarea uneia în sala de curs.			2
13. Interpretarea înregistrărilor de la protocolul de densitate întocmit şi determinarea densității mortice, pedagogice şi funcționale, pe grupe.			2
14. Elaborarea de jocuri de mișcare pentru calitățile motrice şi deprinderi motrice (de locomoție, de stabilitate, de manipulare şi specifice disciplinelor sportive predate în învățământul primar şi gimnazial) + reprezentare grafică (desen). TEMĂ FINALĂ/PROIECT DE ECHIPĂ/grupe de lucru de câte 4 studenți.			2

Bibliografie:

Albu, C-tin., Albu, A., Vlad, T.B., Iacob, I. (2006). *Psihomotricitatea.* Iaşi. Editura Institutul European.

Ungureanu-Dobre, A. (2020). *Practica şi Metodica Activităţilor Motrice pe Grupe de Vârstă – Suport de studiu pentru seminarii*. Craiova. Editura Universitaria.

Ungureanu, A. (2013) - *Teoria Educaţiei Fizice şi Sportului - Curs De Baza*. Bucuresti Editura BREN.

Ungureanu, A. (2013). *Teoria Educaţiei Fizice şi Sportului - Caiet de orientare a dezbaterilor la seminar*. Bucuresti, Editura BREN

Ungureanu, A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii*. Craiova, Editura Universitaria

Ungureanu, A. (2013). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare - Ediția a II-a, revăzută și adăugită.* Craiova. Editura Universitaria Craiova

Ungureanu, A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice în Învăţământul Preşcolar şi Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.

***Ministerul Educației Naționale, Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3393/28.02.2017 - Programa școlară pentru disciplina educație Fizică și Sport Clasele a V-a - a VIII-, București 2017.

***Ministerul Educaţiei Naţionale Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3418/19.03.2013 - *Programa școlară pentru Educație Fizică, Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a*, București, 2013

***Ministerul Educaţiei Naţionale - Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educaţiei naţionale nr. 5002/02.12.2014 - *Programa şcolară pentru disciplina Educaţie Fizică, Clasele a III-a şi clasa a IV-a*, Bucureşti, 2014 ***Ministerul Educaţiei Naţionale - Anexa nr. II la Ordinul Ministrului Educaţiei nr. 3702/21.04.2021 - *Programe şcolare pentru Domeniul Psihomotric,* Bucureşti 2021. Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării educatiei fizice în învăţământul primar şi gimnazial corespunăatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR si EQF. Corectitudinea şi acurateţea folosirii conceptelor şi teoriilor pedagogice însuşite la nivelul disciplinei – vor satisface aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice/academice din domeniul ştiinţelor educaţiei Competenţele procedurale şi atitudinale ce vor fi achiziţionate la nivelul disciplinei – vor satisface aşteptările reprezentanţilor asociaţiilor profesionale şi angajatorilor din domeniul sistemului de învăţământ, al instituţiilor şi organizaţiilor nonguvernamentale cu competenţe şi atribuţii în managementul şi evaluarea proiectelor educaţionale.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	EXAMEN scris	60%+10% oficiu = **70%**
9.5. Seminar/laborator	Participare activă la lucrările practice Studentii care nu indeplinesc criteriile de mai sus chiar dacă au numărul de prezenţe, vor primi subiecte teoretice în plus dacă nu îndeplinesc punctajul la Activităţi Aplicative.	Evaluare formativă, pe parcursul semestrului prin punctajul obţinut la: Elaborarea tuturor TEMELOR efectuate faţă în faţă şi încărcare pe Classroom de la lucrările practice care vor reprezenta **Portofoliu final (10%).** Elaborarea unui **REFERAT** Ştiinţific sau (pe echipă) şi prezentarea acestuia la o sesiune ştiinţifică, până la finalul semestrului sau până în data examenului scris, dacă este acceptat (10%). Elaborarea şi prezentarea **PROIECTULUI CU JOCURI DE MIŞCARE** (pe echipe de lucru) - **10%** (cine nu elaborează referat sau proiect dar are numărul maxim de prezenţe, va primi, în plus o întrebare de 10% la examenul scris)	10% +10%+10% **=30%**
	Studentii care nu indeplinesc criteriile de mai sus si au numar mai	EXAMEN SCRIS	**90%+10% (oficiu)**

	mic de prezente vor sustine colocviul doar dacă participă la recuperări (ca să ajungă la numărul minim de prezente cerut) sau în perioada de restanțe, dar doar sub forma de examen scris.		

9.6. Standard minim de performanţă
- însuşirea minimală a noţiunilor, ideilor, teoriilor generale. - însuşirea minimală a problemelor de bază specifice disciplinei; - parcurgerea bibliografiei minimal; - participarea la minim 10 din 14 ore de lucrări practice. - participare activă la lucrarile practice; - elaborarea la alegere dintre referatul ştiinţific sau proiectul de echipă şi elaborarea temelor din cadrul lucrarilor practice, incarcate la termen pe clasroom; - obtinerea numarului de credite.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Ungureanu-Dobre Aurora

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumireadisciplinei				TEORIA ŞI PRACTICA ÎN SPORTURI DE IARNĂ - SCHI			
2.2 Titularul activităţilor de curs				Brabiescu Călinescu Maria Luminiţa			
2.3 Titularul activităţilor aplicative							
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei (obligativitate)	DOB

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităţilor didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	3.2 din care: curs	1	3.3seminar/ laborator/proiect	0
3.4 Total ore din planul de învăţământ	14	3.5 din care: curs	14	3.6.seminar/ laborator/proiect	0
Distribuţia fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					7
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					9
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi: consultaţii, cercuri studenţeşti					4
3.7.Total ore studiu individual					36
3.8 .Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 . de competenţe	

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sala de curs dotată cu aparatură de videoproiecţie, calculator, internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE ÎNVĂŢĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Înțelege principiile tehnice ale sporturilor de iarna, regulile FIS, cunoaşterea echipamentului.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a executa procedee specifice schiului alpin şi de a le adapta la diferite condiţii ale terenului.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea pârtiilor de schi.

7. CONTINUTURI

7.1.Curs (unităţi de conţinut)	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Nr. ore
Sporturile de iarnă, apariţia şi dezvoltarea lor.	faţă în faţă	prelegere, expunere, prezentare PPT	1
Selectarea, folosirea şi întreţinerea materialelor şi echipamentului specific			1
Linii metodice de învăţare a schiului alpin			1
Factori favorizanţi şi factori limitativi ai procesului instructiv			1
Bazele tehnicii şi tehnica schiului alpin - aspecte teoretice prioritare;			1
Învăţarea tehnicii schiului alpin - Întoarcerea de pe loc şi mersul pe schiuri			1
Tehnica şi metodica învăţării coborârii directe			1
Tehnica şi metodica învăţării coborârii oblice			1
Tehnica şi metodica învăţării frânărilor			1
Trecerea denivelărilor de teren			1
Ocolirile			1
Tehnica şi metodica învăţării schimbării direcţiei din alunecare			1
Aspecte teoretice şi tehnice ale schiului fond, biatlonului şi al săriturilor de la trambulină			1
Particularităţi metodice privind predarea schiului alpin in invatamantul primar, gimnazial si liceal			1

Bibliografie

1.Brabiescu Călinescu, L., & Calinescu, G. (2011). *Schi alpin. Manualul Începătorului.* Craiova: Editura Universitaria.ISBN 978-606-510-408-2

2.Brabiescu Călinescu, L. (2023). *Programarea si planificarea în schiul alpin.* Editie revizuita si adaugita. Craiova: Editura Universitaria.

3.Brabiescu Călinescu L. (2015). *Optimizarea metodologiei de predare si instruire a tehnicii specifice schiului alpin*, Edit Sitech, Craiova.

4.Călinescu, G., & Brabiescu Călinescu, L. (2011). *Schi alpin. Manualul începătorului.* Ed. Universitaria, Craiova

5.Bogdan, T., & Lazăr, L. (2011). *Schi alpin pentru copii*, Cluj Napoca, Editura Risoprint

6.Grigoraş, P. (2011). *Sistemul metodic oficial pentru predarea tehnicii schiului alpin, în Romania.* Şcoala Română de Schi.

7. Greg, G. (2021). *Youcanski*.com: https://youcanski.com/en/juniors-and-modern-technique

8. COROBORAREA CONŢINUTURILOR DISCIPLINEI CU AŞTEPTĂRILE REPREZENTANŢILOR COMUNITĂŢII EPISTEMICE, ASOCIAŢIILOR PROFESIONALE ŞI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al schiului, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. EVALUARE

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Participarea activa Prezentarea şi explicarea corectă a conceptelor şi noţiunilor specifice schiului	colocviu	100%
9.5 Activităţi aplicative	-	-	-
9.6 Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui) Obţinerea numărului de credite la disciplina - Teorie şi practică în sporturile de iarnă – schi şi Aplicaţii practice discipline sportive de iarnă			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Brabiescu Călinescu Luminița

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

FIȘA DISCIPLINEI

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumireadisciplinei				APLICAŢII SPORTURI DE IARNĂ			
2.2 Titularulactivităţilor de curs							
2.3 Titularul activităţilor aplicative				Brabiescu Călinescu Maria Luminița			
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	V	2.7 Regimul disciplinei (obligativitate)	DOP

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităţilor didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână		3.2 din care: curs		3.3 seminar /laborator/proiect	
3.4 Total ore din planul de învăţământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar /laborator/proiect	28
Distribuţia fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					6
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi: consultaţii, cercuri studențești					2
3.7 Total ore activităţi individuale					22
3.8 Total ore pe semestru					50
3.9 Numărul de credite					2

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 de competenţe	

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Pârtie de schi corespunzătoare nivelului de începători în staţiune montană – stagiu

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE ÎNVĂŢĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Înțelege principiile tehnice ale sporturilor de iarna, regulile FIS, cunoașterea echipamentului.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a executa procedee specifice schiului alpin şi de a le adapta la diferite condiţii ale terenului.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a transmite noțiuni specifice precum: gestionarea echipamentului și respectarea regulilor privind utilizarea pârtiilor de schi.

7. CONŢINUTURI

7.1Curs (unităţi de conţinut)			Nr. ore
7.2 Activităţi aplicative (subiecte/teme)	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	
Prezentarea materialului şi a echipamentului specific. Acomodarea cu schiurile, clăparii şi cu terenul de lucru (pârtia)	faţă în faţă	Explicatie Demonstratie	4
Învăţarea unor exerciţii specifice de acomodare şi de încălzire a organismului pentru efort. Învăţarea întoarcerilor de pe loc, a procedeelor de urcare a pantei şi a deplasării pe teren plat.			4
Familiarizarea cu echipamentul de schi. Pârtia şcoală. Învăţarea deplasării întoarcerilor şi urcărilor. Învăţarea coborârii directe şi a frânării în plug.			4
Consolidarea coborârii directe şi a opririi în plug. Învăţarea ocolirii cu frânare în plug din coborâre directă.			4
Perfecţionarea coborârii directe şi a frânării în plug. Consolidarea ocolirii prin frânare în plug din coborâre oblică. Învăţarea coborârii oblice. Jocuri finalizate pe zăpadă.			4
Învăţarea coborâre directă cu frânarea în plug (plug frânat şi alunecat) şi ½ plug. Învăţare coborâre oblică cu ocolire spre deal prin frânare în plug. Jocuri finalizate pe zăpadă.			4
Învăţare ocolire spre vale prin frânare în plug. Consolidare ocolire cu frânare în plug şi jumătate-plug.			4

Bibliografie

1.Brabiescu Călinescu, L., Calinescu, G. (2011). *Schi alpin. Manualul Începătorului.* Craiova: Editura Universitaria.

2.Brabiescu Călinescu, L. (2023). *Programarea si planificarea în schiul alpin.* Editie revizuita si adaugita. Craiova: Editura Universitaria.

3.Brabiescu Călinescu, L. (2015). *Optimizarea metodologiei de predare si instruire a tehnicii specifice schiului alpin,* Edit Sitech, Craiova.

4.Călinescu, G., Brabiescu Călinescu, L. (2011). *Schi alpin. Manualul începătorului*, Ed. Universitaria, Craiova

5.Bogdan, T., Lazăr, L. (2011). *Schi alpin pentru copii*, Cluj Napoca, Editura Risoprint

6.Grigoraş P. (2011). *Sistemul metodic oficial pentru predarea tehnicii schiului alpin, în Romania*, Şcoala Română de Schi.

7. Greg, G. (2021). *Youcanski.*com: https://youcanski.com/en/juniors-and-modern-technique

8. COROBORAREA CONŢINUTURILOR DISCIPLINEI CU AŞTEPTĂRILE REPREZENTANŢILOR COMUNITĂŢII EPISTEMICE, ASOCIAŢIILOR PROFESIONALE ŞI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Conţinutul disciplinei este în concordanţă cu conceptele teoretice şi practice naţionale dar şi internaţionale
Disciplina oferă studenţilor modelul practicării şi sau organizării unor activităţi practice ce îi pot deservi atât în viaţa profesională cât şi în viaţa practică

9. EVALUARE

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs			
9.5 Activități aplicative	Verificarea nivelului de insusire a procedeelor tehnice invatate	-	50%
	Utilizarea practica a elementelor si procedeelor tehnice in parcurgerea unui traseu		50%
	P:	-	
	Pr:	-	
9.6 Standard minim de performanță (volumul de cunoștințe minim necesar pentrupromovarea disciplinei și modul în care se verifică stăpânirea lui)			
Obtinerea numarului de credite Apreciere ce are in vedere media notelor obtinute la probele practico-metodice			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Brabiescu Călinescu Luminița

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
Educație Fizică și Sport/Teorie și Metodică a Activităților Motrice
Craiova, Str. Brestei, nr.146, 200585,
tel: +40 251 422 743, +40 252 319 303 e-mail:
secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			PRACTICA ÎN CENTRE DE AGREMENT ȘI AVENTURĂ				
2.2. Titularul activităților de curs							
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Lect.univ.dr. Minoiu Veronica				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	V	2.7. Regimul disciplinei	DOP

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					0
Examinări					2
Alte activități.....					0
3.7. Total ore studiu individual					22
3.8. Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	-
4.2. de competențe	Aptitudini motrice de bază; disponibilitate pentru activități outdoor.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	-
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Lucrările practice se desfășoară în spații de agrement și aventură, atât în medii naturale, cât și în medii amenajate artificial (zone de

	parc, zone urbane și zone forestiere), precum și în unități partenere autorizate, în funcție de planificare. Participarea este condiționată de echipament sportiv adecvat, respectarea normelor SSM și a indicațiilor cadrului didactic. Se utilizează materiale specifice: hărți de orientare, busole, benzi de marcaj, echipamente SportIdent, balize („lampioane") etc.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică structurile și funcționarea bazelor de agrement, tipurile de activități disponibile și reglementările de siguranță. Explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative și organizaționale. Definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice în centre de agrement și de aventură. Explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Aplică tehnicile didactice în practică, gestionează un grup de elevi. Selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire și le adaptează în funcție de particularitățile practicanților. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței, în funcție de principiile și metodele învățate. Utilizează harta și busola și se adaptează la condiții de vreme variate (în aplicațiile specifice disciplinei).
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice. Exercită diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare (inclusiv rolul de coordonator). Gestionează timpul și resursele didactice în cadrul activităților practice. Evaluează feedback-ul participanților și propune îmbunătățiri pentru activitățile desfășurate. Descrie managementul unei baze de agrement, inclusiv organizarea de evenimente și gestionarea diverselor activități recreaționale. Are abilitatea de a organiza excursii, de a coordona grupuri și de a rezolva probleme în situații neprevăzute.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
-	—	—	0
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Echipamente și materiale specifice (hărți, busolă, marcaje, SportIdent, balize). Verificări, proceduri, roluri.	aplicații practice	Conversația, explicația, demonstrația	4
Metode și forme de organizare a activităților practice. Planificarea unei ședințe; organizarea pe stații/ateliere.			4
Jocuri și exerciții de inițiere/teambuilding, comunicare, leadership.			4

Orientare: jocuri tematice,trasee și exerciții în mediu urban/parc			4
Activități de aventură în medii amenajate (centre/parcuri de aventură) – reguli, roluri, conduită și siguranță (unde este cazul: obstacole/echilibru/instalații).			4
Proiectare program recreativ/aventură: obiective, conținut, logistică, evaluare, analiză de risc.			4
Evaluare practică integrată: parcurs aplicativ + conducere activitate; debriefing final.			4

Bibliografie:

1. International Orienteering Federation (IOF) – Competition Rules; International Specification for Orienteering Maps (ISOM).
2. Minoiu, V,. (2020). 100 exerciții de gimnastică recomandate în timpul liber. Editura Universitaria Craiova.

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

Conținuturile disciplinei sunt corelate cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor din domeniul educației fizice și sportului, prin accentul pus pe competențe aplicative: organizarea și conducerea activităților recreaționale și de aventură, managementul riscului și al siguranței, utilizarea instrumentelor specifice de orientare și evaluarea participanților. Activitățile practice dezvoltă capacitatea de proiectare și livrare de programe în centre de agrement și în medii outdoor, în concordanță cu cerințele actuale ale pieței muncii.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Nu se aplică.	—	-
9.5. Seminar/laborator	Participare activă; respectarea normelor de siguranță; execuții tehnice și organizare în aplicații.	Observație sistematică; evaluare continuă pe baza fișelor/grilelor; probe practice pe parcurs.	60%
	Proiect practic integrat/portofoliu	evaluarea proiectului/portofoliului; feedback și autoevaluare.	40%
9.6. Standard minim de performanță: Îndeplinirea cerințelor de siguranță și conduită, prezență activă (minimum 75%), realizarea unui parcurs aplicativ (orientare/stații/ateliere) la nivel minim acceptat, participarea la proiectul practic (plan + implementare), cu obținerea notei minime 5.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Minoiu Veronica

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			FUNDAMENTELE ÎNVĂȚĂRII ÎN ACTIVITĂȚILE MOTRICE				
2.2. Titularul activităților de curs			Prof.univ.dr. Germina-Alina Cosma				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Andreea Buga				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					6
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

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/ laboratorului	•

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial. Explică procesele de creștere și dezvoltare, implicațiile lor asupra motricității, tipologia constituțională somatofuncțională, motrică și psihică, corelațiile dintre tipul constituțional și cerințele/particularitățile activității de educație fizică și sport, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. Clasifică formele de organizare și practicare a activității de educație fizică și sport. Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului. Identifică și interpretează tipologia constituțională (somatofuncțională, motrică și psihică). Integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță. Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice. Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței în funcție de principiile și metodele învățate. Adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicare a acestuia. Selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale indivizilor. Crează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup. Adoptă decizii independente privind ritmul de asimilare a cunoștințelor și aptitudinilor motrice. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Introducere în învățarea motrică	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	1
2. Procesele psihomotrice implicate în învățarea motrică			1
3. Mecanismele învățării motrice			1
4. Etapele învățării motrice			1
5. Principiile învățării motrice			1
6. Factorii interni și externi ce influențează învățarea motrică			1
7. Modele teoretice ale învățării motrice			1
8. Feedback-ul și rolul lui în procesul de învățare			1
9. Motricitatea și dezvoltarea acesteia			2
10. Controlul neuromotor. Reglarea mișcărilor complexe			1
11. Evaluarea în învățarea motrică			2
12. Aplicabilitatea practică în educație fizică și sport			1
Bibliografie:			
1. Barzouka, K., Sotiropoulos, K., & Kioumourtzoglou, E. (2015). The effect of feedback through an			

expert model observation on performance and learning the pass skill in volleyball and motivation. *Journal of Physical Education & Sport, 15*(3), 407–416.
2. Epuran, M. (2011). *Motricitate și psihism în activitățile corporale*. FEST
3. Kernodle, M. W., Johnson, R., & Arnold, D. R. (2001). Verbal instruction for correcting errors versus such instructions plus videotape replay on learning the overhand throw. *Perceptual and Motor Skills, 92*(3 Pt. 2), 1039–1051.
4. Lee, T., & Schmidt, R. (2020). *Motor learning and performance: From principles to application* (7th ed.). Human Kinetics.
5. Orţănescu, D., & Orţănescu, C. (2001). *Învăţarea motrică*. Universitaria.
6. Spittle, M. (2021). *Motor learning and skill acquisition: Applications for physical education and sport*. Red Globe Press.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Testarea nivelului inițial de motricitate	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
2. Analiza unei secvențe motrice			2
3. Aplicarea feedback-ului în situațiile practice			2
4. Elaborarea structurii unei verigi pentru învățarea unei deprinderi motrice			2
5. Evaluarea progresului motric			2
6. Analiza controlului neuromotor			2
7. Proiectarea unei secvențe pentru consolidarea deprinderilor motrice			2
8. Analiza factorilor interni și externi ai învățării			2
9. Studii de caz privind transferul învățării			4
10. Exersarea etapelor învățării motrice			2
11. Tehnici de motivare în activitățile motrice			2
12. Evaluarea practică finală			4

Bibliografie:

1. Epuran, M., & Stănescu, M. (2010). *Învățarea motrică – aplicații în activități corporale*. Discobolul.
2. Mödinger, M., Woll, A., & Wagner, I. (2022). Video-based visual feedback to enhance motor learning in physical education—a systematic review. *German Journal of Exercise and Sport Research, 52*, 447–460. https://doi.org/10.1007/s12662-021-00782-y
3. Spittle, M. (2021). *Motor learning and skill acquisition: Applications for physical education and sport*. Red Globe Press.
4. Wulf, G., & Lewthwaite, R. (2016). Optimizing performance through intrinsic motivation and attention for learning: The OPTIMAL theory of motor learning. *Psychonomic Bulletin & Review, 23*(5), 1382–1414.
5. Wulf, G., Shea, C., & Lewthwaite, R. (2010). Motor skill learningandperformance: a reviewofinfluential factors. *Medical Education*, 44(1),75–84

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

Conținuturile disciplinei sunt armonizate cu orientările actuale ale comunității epistemice și ale organizațiilor profesionale din domeniul Educației Fizice și Sportului, asigurând formarea competențelor fundamentale necesare viitorilor profesori și antrenori în proiectarea, conducerea și optimizarea proceselor de învățare motrică.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Înțelegerea conceptelor de bază, participarea la discuții	examen scris	60%
9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a principiilor învățării motrice în situații practice; Executarea tehnică adecvată a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și corectare a erorilor motrice; Participare activă și implicare în activitățile practice.	evaluare practică; portofoliu/fișe de lucru; observație sistematică.	40%
9.6. Standard minim de performanță			
Obținerea notei 5 prin acumularea a minimum 50% din punctaj, demonstrând cunoașterea noțiunilor esențiale și capacitatea de aplicare practică a elementelor gimnasticii de bază.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof.univ.dr. Cosma Germina-Alina

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	**Fiziologie**						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Gusti Alice						
2.3 Titularul/ titularii activităților de seminar	Conf. univ. dr. Gusti Alice, prof. univ. dr. Danoiu Mircea						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DOB

. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităților didactice)

3.1. Numărul de 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/sapt.					33
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					1
3.7. Total ore studiu individual					33
3.8. Total ore pe semestru					75
3.9. Numărul de credite					3

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Promovarea exanenului la disciplina Anatomie
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	sala cu dotare tehnica - PC, videoproiector, ecran
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Realizarea de experimente în laboratorul de anatomie și fiziologie, lucrări de verificare a cunoștințelor predate la curs, explicații și discuții libere privind diferite situații fiziologice

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul defineşte noţiunile generale, structurale (anatomice) şi funcţionale ale organismului uman, în vederea elaborării programelor de reabilitare. Studentul/Absolventul defineşte noţiunile generale şi descrie mecanismele biochimice şi fiziopatologice ale bolilor, bazele anatomopatologice ale modificărilor induse de patologie, în vederea implementării programelor de reabilitare.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică structurile şi funcţiile organismului uman şi metodele de evaluare a funcţiilor biologice. Caracterizează modificările biochimice în funcţie de starea de sănătate, şi nivelul de efort fizic.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Integrează noţiuni fundamentale privind structurile şi funcţiile organismului uman în procesul de reabilitare. Recunoaşte modificările induse de patologie şi cauzele acestora.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Date introductive, definiţii, clasificarea ştiinţelor fiziologice. Homeostazia. Mediul intern.	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
Sângele. Funcţiile sângelui. Proprietăţi fizico-chimice. Compozitia sângelui. Plasma .Elementele figurate. Modificări hematologice în efort fizic. Hemostaza. Grupele de sânge.			3
Fiziologia aparatului cardio-vascular. Miocardul – structură, proprietîţi. Ciclul cardiac, zgomotele cardiac, debitul cardiac. Electrocardiograma. Fiziologia circulaţiei. Circulaţia limfatică. Reglarea cordului şi vaselor. Modificări fiziologice în efort fizic.			4
Termoreglarea. Temperatura diferitelor regiuni ale corpului. Echilibrul termic. Reglarea nervoasă a temperaturii corpului. Termoreglarea în condiţii deosebite			1
Fiziologia muşchiului stiat. Fibra musculară, unitatea motorie. Proprietaţile fibrei musculare. Procesele energetice ale contracţiei musculare. Oboseala musculară. Influenţa efortului fizic asupra muşciului striat.			4
Efectele fiziologice ale altitudinii. Modificări în funcţie de valoarea altitudinii. Aclimatizarea.			1

Bibliografie:

Danoiu, M. (2001). Fiziologie, Ed. Universitaria, Craiova

Gusti, A. (2003). Fiziologie, Ed. Universitaria Craiova

Haulica, I. (1996). Fiziologie umană, Ed. Medicală, Bucureşti

Enescu Bieru, D., Calina, M., Gusti, A., Dinu, V., Cosma, G., Romanescu, F., Balseanu, A., Fortan, C. (2012). "Study over mechanogram parameters at professional sportsmen", The 11-th National Congress of yhe Roumanian Society of Physiological Sciences

Vasilescu, C., Gusti, S., Gusti, A. (2014). "Cardiovascular changes in job-related tiredness in workers in the field of transportation safety", Current Health Sciences Journal, vol. 40, suppl. 9

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Proprietăţile fizico-chimice ale plasmei. Hematocritul. VSH-ul. Frotiul de sânge periferic – hematii, leucocite, trombocite. Electroforeza. Grupele de sânge.	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	8
Explorări cardio-vasculare: electrocardiografía – aparatura de înregistrare, traseul ECG normal, interpretrare. Fonocardiograma, zgomotele cardiace, sufluri.			8
Temperatura diferitelor regiuni ale corpului. Termogeneza – mecanismo bio-chimice. Termolza – mecanismo fizice.			2
Proprietăţile fibrei musculare. Mecanismele moleculare ale contracţiei musculare. Electromiografia. Electrostimularea.			8
Modificări fiziologice datorate altitudinii la nivelul aparatelor şi sistemelor. Examenul de urină. Modificări funcţionale renale în efortul fizic.			2

Bibliografie:

Danoiu, M. (2001). Fiziologie, Ed. Universitaria, Craiova

Gusti, A. (2003). Fiziologie, Ed. Universitaria Craiova

Haulica, I. (1996). Fiziologie umană, Ed. Medicală, Bucureşti

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei răspunde necesităţii de cunoastere a bazelor fiziologice, cu referire la introducerea treptată a studenţilor în fundamentarea ştiinţifică şi practico-metodică a instrumentelor cu care va opera viitorul specialist.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri Gradul de însuşire a conţinutului cursului.	Examen scris (grilă)	60%
9.5. Activităţi aplicative	Gradul de însuşire a modului de execuţie a tehnicilor şi procedeelor specifice fiziologiei.	Evaluarea corectitudinii execuţiei tehnicilor şi procedeelor specifice fiziologiei – verificare practică.	40%

9.6. Standard minim de performanţă
Este obligatoriu ca, pentru activitatea pe parcursul lucrărilor practice și la verificarea practică, studentul să obțină cel puțin media 5(cinci), pentru a putea fi primit în examen. Prezența la lucrările practice este obligatorie în proporție de 100%.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Gusti Alice

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR				
2.2. Titularul activităților de curs			Lect.univ.dr.Gorgan Ana-Maria				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Lect.univ.dr.Gorgan Ana-Maria				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					11
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					
Examinări					2
Alte activități					
3.7. Total ore studiu individual					33
3.8. Total ore pe semestru					75
3.9. Numărul de credite					3

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	Sala de curs dotata cu aparatura de videoproiectie
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sala/cabinet dotat cu materiale auxiliare

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică noţiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activităţii de educaţie fizică şi sport, principiile, metodele şi mijlloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate şi activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ şi performanţial.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Utilizează noţiunile fundamentale ale motricităţii umane în contexte variate. Clasifică formele de organizare şi practicare a activităţii de educaţie fizică şi sport. Utilizează terminologia, în funcţie de activităţile motrice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Identifică acte, acţiuni şi activităţi motrice. Oferă consultanţă în alegerea formelor de organizare şi practicare a activităţilor, în funcţie de contextul şi scopurile specifice. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Prezentarea obiectului de studiu al disciplinei. Probleme de educatie sanitara si de igiena	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Igiena alimentatiei in sport.			2
Regimul de viata al sportivului. Igiena individuala. Calirea organismului			1
Igiena bazelor sportive. Igiena echipamentului sportiv			1
Primul ajutor medical. Definitie. Aspecte generale ale accidentelor			1
Traumatismele sportive. Contuzia. Plaga. Hemoragia			1
Traumatismele articulare (entorsa, luxatia). Traumatismele osoase (fractura)			2
Afectiuni determinate de temperatura nefavorabila a mediului ambiant (arsura, insolatia, degeratura, hipotermia generalizata).			2
Transportul accidentatilor, starea de soc, resuscitarea cardio-respiratorie			2
Bibliografie:			
Alexandrescu, C., (1997). *Igiena generală cu aplicatii in sport*, Ed. Didactica si Pedagogica, Bucuresti			
Mănescu, S. (1985). *Tratat de igiena*, vol. II, Ed. Medicala, Bucuresti			
Stanomirescu, A-M. (2002). *Igiena alimentatiei*, Ed. Scorilo, Craiova			
Stanomirescu, A-M. (2006). *Educatia sanitara şi Prim ajutor*, Ed. Universitaria, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Tipuri de ratie calorica si alimentara. Analiza cantitatii si calitatii ratiei alimentare	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Repartitia produselor alimentare in ratia calorica. Examenul organoleptic al calitatii alimentelor.			4
Intocmirea unor programe de viata sportiva in legatura cu diverse antrenamente			2
Determinarea conditiilor de microclimat in bazele sportive			2
Trusa medicala de prim ajutor. Asepsia. Antisepsia.			4
Determinarea practica a pulsului, TA			4

Pansamentul si bandajul. Hemostaza provizorie.			2
Primul ajutor in entorse, luxatii si fracturi			2
Primul ajutor in arsuri, insolatie, degeraturi, hipotermie			2
Transportul accidentatilor. Respiratia artificiala. Masajul cardiac extern			4
Bibliografie:			
Alexandrescu, C. (1997). *Igiena generala cu aplicatii in sport*, Ed. Didactica si Pedagogica, Bucuresti			
Manescu, S. (1985). *Tratat de igiena*, vol. II, Ed. Medicala, Bucuresti			
Stanomirescu, A.-M. (2002). *Igiena alimentatiei*, Ed. Scorilo, Craiova			
Stanomirescu, A.-M. (2006). *Educatia sanitara si Prim ajutor*, Ed. Universitaria, Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Continutul disciplinei oferă cunoştiinţe referitoare la buna desfăşurare a activităţilor practice din perspectiva competenţelor profesionale specifice educaţiei fizice şcolare

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Cunoasterea notiunilor referitoare la principiile igienei si primului ajutor in activitatea de educatie fizica si sport	Colocviu	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Capacitatea de întocmire a unei ratii alimentare adecvate pentru situatii diferite din viata unui sportiv. Insusirea normelor si deprinderilor pentru realizarea primului ajutor: resuscitarea cardio-respiratorie, efectuarea pansamentului si diferitelor imobilizari a segmentelor corporale in entorse, luxatii, fracturi.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr.Gorgan Ana-Maria

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			BAZELE GENERALE ALE GIMNASTICII				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Badea Daniela				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					21
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					6
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competenţe	-

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală de gimnastică

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Repere istorice ale dezvoltării gimnasticii, surse de structurare a ramurilor sale	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Gimnastica – parte componentă a sistemului de educaţiei fizică şi sport			2
Ştiinţa educaţiei fizice şi sportului – sursă de selectare a conţinutului gimnasticii			2
Importanţa şi caracteristicile gimnasticii, obiectivele şi sarcinile sale			2
Ramurile şi mijloacele gimnasticii			2
Operanţii de bază ai sistemului gimnasticii şi ai domeniului în general			2
Motricitatea umană şi legile mişcării motrice			2
Bazele generale ale mişcărilor			2
Reguli de comunicare a operanţilor simpli şi complecşi în gimnastica de bază			2
Rolul şi locul acţiunilor de front şi formaţii			2
Structurarea complexelor de exerciţii în funcţie de scopul urmărit			2
Formarea şi dezvoltarea deprinderilor motrice de bază			2
Conţinutul, locul şi rolul deprinderilor aplicativ-utilitare			4

Bibliografie:

Orţănescu, D. (2000). *Gimnastica în şcoală*, Ed., Scorilo, Craiova

Orţănescu, D., & Nanu, M.C. (2001). *Gimnastica de bază în învăţământul superior de educaţie fizică şi sport. Formarea studenţilor în vederea predării competente a conţinutului*, Ed., Universitaria, Craiova

Orţănescu, D., & Nanu, M.C. (2002). *Gimnastica de bază – Dezvoltarea capacităţii motrice prin mijloace specifice*, Ed., Universitaria, Craiova

Orţănescu, D. (2008). *Mijloacele gimnasticii de bază*, Ed. Universitaria, Craiova

Orţănescu, D., Nanu, M.C., Popescu, S., & Cosma, G. (2016). *Gimnastica în şcoală*, Editura Sitech, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de	Metode de	Fond de timp

	desfăşurare	predare	alocat (ore)
Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Exerciţiile de front şi formaţii ca mijloace de organizare a activităţii şi de pregătire a organismului pentru efort			4
Conţinutul complexelor de exerciţii: - Exerciţii pentru segmentul cap-gât şi pentru braţe - Exerciţii pentru braţe şi picioare simultan - Exerciţii pentru trunchi - Exerciţii pentru uşoară forţă braţe, abdomen, spate - Exerciţii pentru sărituri şi de respiraţie			10
Conducerea unor structuri de exerciţii de front şi formaţii			4
Conducerea unor structuri de exerciţii de dezvoltare fizică generală			4
Verificare practico-metodică			4
Bibliografie:			
Orţănescu D., & Nanu C., (2001). *Gimnastica de bază în învăţământul superior de educaţie fizică şi sport. Formarea studenţilor în vederea predării competente a conţinutului.* Ed., Universitaria, Craiova			
Orţănescu D. (2008). *Mijloacele gimnasticii de bază.* Ed., Universitaria, Craiova			
Nanu, M.C. (2008). *Mijloace atractive specifice gimnasticii de bază*, Editura Universitaria, Craiova			
Nanu, M.C., Orţănescu, D., Dumitru, R., & Cosma, G. (2018). *Metodica predării gimnasticii în şcoală*, Editura Universitaria, Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al gimnasticii şcolare, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea mijloacelor gimnasticii de bază şi a potenţialului aplicativ al acestora, reflectată în cadrul verificărilor periodice Stăpânirea terminologiei specifice gimnasticii şi implicit a celei specifice domeniului			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					27
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					8
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

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 dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Teren și sală de atletism

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Introducere în problematica atletismului . scurt istoric, atletismul sport prioritar în sistemul nostru de educaţie fizică şi sport. Nivelul actual al dezvoltării atletismului pe plan intern şi internaţional şi în cadrul IPC (International Paralympic Committee)	faţă în faţă	prelegere	2
2.Obiectul şi problemele teoriei şi metodicii atletismului, izvoare şi legătura cu alte ştiinţe şi discipline (sistemul de organizare al atletismului)			2
3.Iniţierea în atletism – şcoala alergării			4
4.Iniţierea în atletism – şcoala săriturii			4
5.Iniţierea în atletism – şcoala aruncării			4
6.Etapele învăţării exerciţiilor din atletism			2
7.Schema tip a învăţării exerciţiilor de alergare, sărituri şi aruncări			2
8.Atletismul în kinetoterapie. Beneficile atletismului pentru copiii şi adulţii cu nevoi speciale			2
9.Lecţia de atletism la elevii cu cerinţe educative speciale (CES)			2
10.Prevenirea si corectarea deficientelor cu ajutorul exercitiilor atletice			2
11.Posibile riscuri de accidentării în atletism			2

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
5. Dragomir, M., & Albină, A. (2006). *Atletism în şcoală.* Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M.(2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncări.* Ed. Universitaria, Craiova.

8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice.* Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir M., Albina A., & Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Metodica învăţării exerciţiilor din şcoala alergării.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	4
2.Metodica învăţării exerciţiilor din şcoala săriturilor.			4
3.Metodica învăţării exerciţiilor din şcoala aruncărilor.			4
4.Metodica învăţării pasului lansat de semi-fond. Jocuri.			4
5.Metodica învăţării pasului lansat de viteză. Jocuri.			3
6.Metodica învăţării săriturii în lungime cu ghemuire şi 1 şi ½ paşi în zbor. Jocuri.			3
7.Metodica învăţării săriturii în înălţime cu păşire. Jocuri.			3
8.Metodica învăţării aruncării mingii de oină. Jocuri.			3

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova, 2008.
5. Dragomir, M, Albină, A. (2006). *Atletism în şcoală.* Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari.* Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului şi jocurilor dinamice.* Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir, M., Albina A., Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Cluburi Sportive, Federaţia Română de Atletism) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Atletism.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare scrisă – grilă	60%

9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	40%
9.6. Standard minim de performanţă			
- Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui). - Cunoaşterea şi aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor specifice atletismului din planurile de lecţie din şcoală.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Alina Elena

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE-BASCHET				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					23
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					21
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					2
3.7. Total ore studiu individual					58
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	•
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	•

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Utilizează adecvat terminologia specifică jocului de baschet. Demonstrează elementele și procedeele tehnice. Selectează și introduce conținuturilor specifice jocului de baschet pe cicluri de învățământ. Aplică tehnicile și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor de educație fizică.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica și desfășura lecții eficiente de baschet și de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor și antrenamentelor. Planifică și desfășoară lecții interactive, demonstrează tehnicii de execuție a diferitelor procedee. Stabilește structura lecțiilor, demonstrează exerciții și corectează tehnica de execuție. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează abilitățile jucătorilor
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de baschet, adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe și de a promova fair-play în competiții. Evaluează abilitățile elevilor și adaptează lecțiile de antrenament.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Date privind istoricul și evoluția jocului de baschet	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	1
2. Descrierea jocului de baschet. Reguli de bază în practicarea jocului de baschet.			1
3. Tehnica jocului de baschet – generalități, definiție, clasificarea tehnicii.			1
4. Tehnica jocului de baschet în atac – poziția fundamentală, driblingul, pirueta, aruncările la coș (de pe loc, din deplasare, din săritură), ținerea, prinderea și pasarea mingii de baschet, opririle, pivotarea.			4
5. Tehnica jocului de baschet în apărare – poziția fundamentală, lucru de brațe și de picioare, săriturile, schimbările de direcție)			3
6. Tactica jocului de baschet – acțiuni individuale de atac (demarcaj, pătrunderea, depășirea) și de apărare (marcajul, intercepția)			1
7. Tactica jocului de baschet			1
8. Aspecte practico-metodice specifice evaluării în jocul de baschet			1
9. Pregătirea echipelor reprezentative școlare în ciclul gimnazial.			1
Bibliografie:			
1. Ghețu R. (2016). *Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-baschet.*, Editura Sitech			

2. Ghițescu I., & Moanță, A. (2008). *Bazele jocului de baschet.*, Editura Matrix Rom
3. FIBA. (2023). *Official Basketball Rules*. FIBA.
4. Wissel, H. (2021). *Basketball: Steps to Success*. Human Kinetics.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Învăţarea pozitiei fundamentale, a schimbărilor de directie si a deplasărilor în teren.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
2. Învăţarea ţinerii, prinderii şi pasării mingii de pe loc şi urmată de deplasare.			2
3. Învăţarea opririlor şi a pivotării.			2
4. Învăţarea driblingului.			2
5. Învăţarea aruncărilor la coş de pe loc şi din săritură.			2
6. Învăţarea aruncărilor la coş din alergare şi din dribling.			2
7. Fixarea elementelor tehnice însuşite în structuri de exerciţii şi complexe, în joc pe jumătate şi pe tot terenul sub formă de acţiuni tactice individuale de atac şi apărare			2
8. Perfecţionarea acţiunilor tehnico-tactice individuale şi a combinaţiilor tactice colective de atac şi apărare			2
9. Formarea capacităţii de aplicare în joc a cunoştintelor tehnico-tactice			2
10. Noțiuni de bază din regulament-arbitraj.			2
11. Mini-jocuri şi joc bilateral			4
12. Evaluarea practică finală			4

Bibliografie:

1. Ghețu R. (2016). *Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-baschet.*, Editura Sitech
2. Ghițescu I., & Moanță, A. (2008). *Bazele jocului de baschet*. Editura Matrix Rom
3. FIBA. (2023). *Official Basketball Rules*. FIBA.
4. Wissel, H. (2021). *Basketball: Steps to Success*. Human Kinetics.

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de baschet, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%

9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a executa secvențe de lecție cu temă din baschet. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen scris). Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o secvență de lecție cu temă din baschet (evaluare practică).			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Cosma Marian Alexandru Corneliu

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			MANAGEMENT APLICAT ÎN EFS				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOP

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					1
3.7. Total ore studiu individual					33
3.8. Total ore pe semestru					75
3.9. Numărul de credite					3

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu echipamente multimedia şi acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de seminar adecvată desfăşurării activităţilor interactive şi lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice şi resurse educaţionale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Explică conceptele fundamentale de management, organizare şi conducere în domeniul sportiv.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a analiza şi discuta problemele sociologice relevante în sport şi educaţie fizică
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a lua decizii eficiente şi de a coordona echipe în activităţi sportive şi educaţionale

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Evoluţia gândirii manageriale	faţă în faţă	prelegere	1
2. Procesele şi relaţiile de management			1
3. Abordarea sistemică a procesului de management			1
4. Funcţiile procesului de management: Previziunea			1
5. Funcţiile procesului de management: Organizarea			1
6. Funcţiile procesului de management: Coordonarea			1
7. Funcţiile procesului de management: Antrenarea			1
8. Funcţiile procesului de management: Control-evaluarea			1
9. Modele de analiză a managementului			1
10. Organizarea structurală			1
11. Procesul decizional			1
12. Metode generale de management. Metode de management bazate pe tehnologia informaţiei şi comnicării			1
13. Tehnici de management			1
14. Managerii organizaţilor sportive			1

Bibliografie:

1. Barbu, M.C.R., & Diaconescu, D.L. (2018). Talent management in sport organizations. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 31(1),*62-65.
2. Barbu, M.C.R., & Barbu, C.M. (2011). The management of a public funded sport club in times of crisis - a case study at CSM Craiova. *Journal of Physical Education and Sport, 11(4)*, 455 - 460.
3. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţii sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M. (2005). *Elemente de management şi marketing în sport – Manual pentru studenţii masteranzi în specializarea Sport şi Management în Sport*. Craiova, Editura MJM.

5. Constantinescu, D., Ogarcă, R., Bocean, C., Barbu, M., & Băloi, C. (2008). *Management – Funcţii. Structuri. Procese.* Craiova, Editura Universitaria.
6. Hoffmann, A. (2004). *Resursele umane în activitatea de educaţie fizică şi sport*. Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
7. Lador, I.I., & Mihăilescu. N. (2008). *Concepte specifice managementului modern în organizaţiile sportive*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
8. Mangra, G.I. (2004). *Managementul sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
9. Mihăilescu, N. (2008). *Management în sportul competiţional*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
10. Wakefield, K. (2007). *Team Sports Management*. Boston, Butterworth-Heinemann.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Factorii care au determinat şi determină dezvoltarea teoriilor de management; Precursorii teoriei managementului şi pionierii managementului timpuriu; Teoria managementului classic; Teoria managementului comportamental; Teoria managementului cantitativ; Teoria managementului integrat; Teoria managementului contemporan.	faţă în faţă	Seminar interactiv, bazat pe aplicaţii practice şi lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfăşoară prin realizarea de aplicaţii practice, în concordanţă cu tematica fiecărui seminar. Studenţii sunt organizaţi în grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicaţii spre rezolvare. La finalul fiecărei activităţi, rezultatele obţinute de grupuri sunt analizate şi discutate în plen.	2
2. Managementul şi leadership-ul; Procesele şi relaţiile de management; Funcţiile procesului de management.			8
3. Componentele organizării structurale; Factorii de contingenţă ai organizării structurale; Structura organizatorică a întreprinderii; Procesul de delegare a autorităţii; Elementul uman în structura organizatorică.			4
4. Structura simplă; birocraţia mecanicistă; Birocraţia profesională; Structura divizională; Adhocraţia; Organizaţia misionară.			2
5. Sistemul informaţional; Metodologia de elaborare şi perfecţionare a sistemului informaţional managerial; Tabloul de bord; Comunicarea managerială.			4
6. Decizia şi elementele sale; Informaţia şi decizia; Managerii ca decidenţi; Tipuri de decizii; Structura procesului decizional; Metode şi modele de optimizare a deciziilor; Elaborarea deciziilor de grup.			4
7. Metode generale de management; Metode de management bazate pe Tehnologia Informaţiei şi Comunicării; Tehnici de management.			4

Bibliografie:

1. Barbu, M.C.R., Diaconescu, D.L. (2018). Talent management in sport organizations. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 31(1),*62-65.
2. Barbu, M.C.R., & Barbu, C.M. (2011). The management of a public funded sport club in times of crisis - a case study at CSM Craiova. *Journal of Physical Education and Sport, 11(4)*, 455 - 460.
3. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţii sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M. (2005). *Elemente de management şi marketing în sport – Manual pentru studenţii masteranzi în specializarea Sport şi Management în Sport*. Craiova, Editura MJM.
5. Constantinescu, D., Ogarcă, R., Bocean, C., Barbu, M., & Băloi, C. (2008). *Management – Funcţii. Structuri. Procese.* Craiova, Editura Universitaria.
6. Lador, I.I., & Mihăilescu. N. (2008). *Concepte specifice managementului modern în organizaţiile*

sportive. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
7. Mangra, G.I. (2004). *Managementul sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
8. Mihăilescu, N. (2008). *Management în sportul competiţional*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
9. Wakefield, K. (2007). *Team Sports Management*. Boston, Butterworth-Heinemann.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina susţine formarea competenţelor de management necesare desfăşurării activităţilor de educaţie fizică şi sport în învăţământul preuniversitar şi în alte structuri sportive, răspunzând aşteptărilor comunităţii academice şi ale angajatorilor din domeniu, în conformitate cu RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%
9.5. Seminar/ laborator	Aplicarea corectă a exerciţiilor specifice; Capacitatea de analiză şi corectare a greşelilor; Participare activă şi implicare în activităţile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar în următoarele condiţii: • fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1; • eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală şi se stabileşte printr-o notă la seminar (Nes), după relaţia: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Obţinerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoştinţe în domeniul managementului aplicat în educaţie fizică şi sport, care să-i permită studentului *„înţelegerea funcţiilor proceselor de management, identificarea principalelor metode şi tehnici de management şi a contextului de întrebuinţare a lor*", precum şi *„dezvoltarea abilităţilor de comunicare, decizionale, gândire, critică, lucru în echipă".*			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			ISTORIA EDUCAŢIEI FIZICE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOP

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					1
3.7. Total ore studiu individual					33
3.8. Total ore pe semestru					75
3.9. Numărul de credite					3

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu echipamente multimedia şi acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de seminar adecvată desfăşurării activităţilor interactive şi lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice şi resurse educaţionale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică evoluția educației fizice și sportului de-a lungul istoriei, principalele epoci și figuri relevante.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a analiza și interpreta impactul istoric al sportului asupra societății și culturii.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a cerceta și de a susține lucrări pe teme istorice din domeniul educației fizice și sportului.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Obiectul, metodele de cercetare şi izvoarele istoriei educaţiei fizice şi sportului	față în față	prelegere	1
2. Exerciţiile fizice în comuna primitivă			1
3. Educaţia fizică în antichitate			1
4. Educaţia fizică în feudalism			1
5. Educaţia fizică în timpul renaşteri			1
6. Educaţia fizică în timpul iluminismului			1
7. Principalele sistemele naţionale de educaţie fizică			1
8. Educaţia fizică în România			1
9. Începuturile şl evoluţia educaţiei fizice şcolare în România			1
10. Începuturile şi evoluţia organizării activităţii sportive în România			1
11. Istoricul Jocurilor Olimpice antice			2
12. Jocurile Olimpice moderne			2

Bibliografie

1. Barbu, M. (2010). *Istoria educaţiei fizice şi olimpism – Caiet de lucrări practice*. Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2004). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Stroe, C.A. (2004). *Istoria Educaţiei fizice şi a sportului – Manual Universitar*. Craiova, Tipografia Universităţii.
4. Stroe, C.A., & Dumitrana, O. (2003). *File de Istorie Bizantină.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Stroe, C.A., Budevici, A.L., & Danail, S.N. (1997). *Organizarea mişcării sportive din România în perioada interbelică*. Craiova, Editura Universitaria.
6. Kiriţescu, C. (1964). *Palestrica.* Bucureşti, Editura Uniunii de Cultură fizică şi sport.
7. Albu, V. (1996). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Constanţa, Editura EX PONTO.
8. Ionescu, D. (1939). *Istoricul gimnasticei şi educaţiei fizice la noi*. Bucureşti, Tipografia Revista Geniului.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Orientul antic	faţă în faţă	Seminar interactiv, bazat pe aplicații practice și lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfășoară prin realizarea de aplicații practice, în concordanță cu tematica fiecărui seminar. Studenții sunt organizați în grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicații spre rezolvare. La finalul fiecărei activități, rezultatele obținute de grupuri sunt analizate și discutate în plen.	2
2. Grecia antică, Grecia preclasică, Grecia clasică			2
3. Roma antică			2
4. Educaţia fizică a nobililor			2
5. Exerciţiile fizice ale ţăranilor şi orăşenilor			2
6. Şcoala franceză, şcoala germană, şcoala nordică şi şcoala engleză de educaţie fizică			2
7. Exerciţiile fizice în comuna primitivă, educaţia fizică în antichitate şi educaţia fizică în feudalism pe teritoriul României			4
8. Istoricul organizării activităţii sportive în România			4
9. Jocurile Olimpice antice			4
10. Jocurile Olimpice moderne			4

Bibliografie

1. Barbu, M. (2010). *Istoria educaţiei fizice şi olimpism – Caiet de lucrări practice*. Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2004). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Stroe, C.A. (2004). *Istoria Educaţiei fizice şi a sportului – Manual Universitar*. Craiova, Tipografia Universităţii.
4. Stroe, C.A., & Dumitrana, O. (2003). *File de Istorie Bizantină.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Stroe, C.A., Budevici, A.L., & Danail, S.N. (1997). *Organizarea mişcării sportive din România în perioada interbelică.* Craiova, Editura Universitaria.
6. Kiriţescu, C. (1964). *Palestrica.* Bucureşti, Editura Uniunii de Cultură fizică şi sport.
7. Albu, V. (1996). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Constanţa, Editura EX PONTO.
8. Ionescu, D. (1939). *Istoricul gimnasticei şi educaţiei fizice la noi*. Bucureşti, Tipografia Revista Geniului.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conținutul său, disciplina contribuie la formarea bazei culturale și profesionale în domeniul educației fizice și sportului, răspunzând așteptărilor comunității academice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor din domeniu. Cunoștințele dobândite sprijină înțelegerea evoluției istorice a educației fizice și sportului și fundamentează competențele necesare exercitării profesiei, în conformitate cu cerințele prevăzute în RNCIS, COR și cadrul european al calificărilor (EQF).

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%

9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și corectare a greșelilor; Participare activă și implicare în activitățile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar în următoarele condiţii: • fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1; • eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală şi se stabileşte printr-o notă la seminar (Nes), după relaţia: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Obținerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoștințe privind evoluția istorică a educației fizice și sportului, principalele etape, curente și personalități care au marcat dezvoltarea domeniului, precum și capacitatea studentului de a înțelege și interpreta critic fenomenele istorice din educația fizică și sport.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof.univ.dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			COMUNICARE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect. univ. dr. Păsărin Leonardo - Daniel				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect. univ. dr. Păsărin Leonardo - Daniel				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOP

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					8
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					-
3.7. Total ore studiu individual					33
3.8. Total ore pe semestru					75
3.9. Numărul de credite					3

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Organizarea şi conducerea structurilor sportive
4.2. de competenţe	• Capacitatea de organizare a competiţiilor sportive

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală dotată cu tehnică de calcul si internet

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Explică şi descrie principiile comunicării eficiente în contextul sportiv şi educaţional, inclusiv comunicarea verbală şi non-verbală.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a interacţiona eficient cu diferite audienţe, inclusiv sportivi, colegi şi personal din domeniul sportului.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Promovează şi facilitează discuţii constructive în grupuri, privind rezolvarea conflictelor şi colaborarea în echipe.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Comunicarea verbală şi nonverbală în lecţia de educaţie fizică	faţă în faţă	prelegere	2
Feedbackul în procesul de predare-învăţare a educaţiei fizice			2
Comunicarea cu elevii cu nevoi educaţionale speciale			2
Gestionarea conflictelor şi a comportamentelor nedorite			2
Motivarea elevilor prin comunicare eficientă			2
Gestionarea conflictelor şi fair-play-ul prin comunicare în jocurile sportive			4

Bibliografie:

Abric, J.C. (2002). *Psihologia comunicării*. Editura Polirom, Iaşi

Epuran, M., Holdevici, I., & Tonita, F. (2001). *Psihologia Sportului de performanţă - teorie şi practică*. Editura FEST, Bucureşti

Gavriluţă, C., & Gavriluţă N. (2010). *Sociologia Sportului, Teorii, metode, aplicaţii*. Editura Polirom,

Georgescu, F. (1979). *Îndrumar pentru cercetarea sociologică în cultura fizică*. Bucureşti, Editura Sport-Turism

Graur, E. (2001). *Tehnici de comunicare*. Editura Mediamira, Cluj-Napoca

Iluţ, P. (2001). *Sinele şi cunoaşterea lui*. Editura Polirom, Iaşi

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Analiza comunicării nonverbale în contexte sportive	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	8
Workshop de feedback constructiv			4
Comunicarea incluzivă - Studii de caz			4
Tehnici de gestionare a conflictelor - Role-play			4
Crearea mesajelor motivaţionale			4
Simulare de întâlniri cu părinţii şi comunicare nstituţională			4

Bibliografie:

Abric, J.C. (2002). *Psihologia comunicării*. Editura Polirom, Iaşi

Epuran, M., Holdevici, I., & Tonita, F. (2001). *Psihologia Sportului de performanţă - teorie şi practică.* Editura FEST, Bucureşti
Gavriluţă, C., & Gavriluţă N., 2010. *Sociologia Sportului, Teorii, metode, aplicaţii*. Editura Polirom,
Georgescu, F. (1979). *Îndrumar pentru cercetarea sociologică în cultura fizică*. Bucureşti, Editura Sport-Turism
Graur, E. (2001). *Tehnici de comunicare*. Editura Mediamira, Cluj-Napoca
Iluţ, P. (2001). *Sinele şi cunoaşterea lui*. Editura Polirom, Iaşi

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează cooperarea cu cerintele echipelor tehnice ale asociatiilor sportive, specific sportului practicat, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	examen	70%
9.5. Seminar/laborator	prezenţă	evaluare practică; observaţie sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoasterea Principalelor probleme referitoare la legislația sportivă			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Păsărin Daniel

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ȘI PRACTICA ATLETISMULUI				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	III	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					6
Examinări					4
Alte activități.....					8
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Promovarea disciplinei Bazele generale ale atletismului
4.2. de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice predării atletismului în școală

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/	• Teren și sală de atletism

laboratorului	

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Sistemul de organizare al atletismului.	faţă în faţă	prelegere	2
2.Bazele generale ale tehnicii probelor atletice.			2
3.Bazele generale ale tehnicii exerciţiilor de alergări. Regulament			3
4.Tehnica şi metodica alergărilor de semi-fond, fond şi mare fond.			2
5.Tehnica şi metodica alergărilor de viteză.			2
6.Tehnica şi metodica alergărilor de ştafetă.			2
7.Tehnica şi metodica alergărilor de garduri.			2
8.Bazele generale ale tehnicii exerciţiilor de sărituri. Regulament			3
9.Tehnica şi metodica săriturii în lungime cu 1 şi ½ paşi în zbor.			2
10.Tehnica şi metodica săriturii în înălţime cu rostogolire ventrală.			2
11.Bazele generale ale tehnicii exerciţiilor de aruncări. Regulament			2
12.Tehnica şi metodica aruncării mingii de oină.			2
13.Tehnica şi metodica aruncării greutăţii.			2

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală*. Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic*. Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară*. Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară*. Ed. Universitaria, Craiova, 2008.
5. Dragomir, M., & Albină A. (2006). *Atletism în şcoală*. Ed. Universitaria, Craiova.

6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari.* Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice.* Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir, M., Albina A., & Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Metodica pasului lansat de semi-fond, fond şi mare fond	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	4
2.Metodica învăţării pasului lansat de viteză			4
3.Metodica învăţării săriturii în lungime cu 1şi ½ paşi în zbor			4
4.Metodica învăţării alergării de garduri			4
5.Metodica învăţării alergării de ştafetă			2
6.Metodica învăţării aruncării greutăţii			4
7.Metodica învăţării săriturii în înălţime cu rostogolire ventrală			2
8.Metodica învăţării aruncării mingii de oină. Jocuri.			4

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală*. Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic*. Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară*. Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară,* Ed. Universitaria, Craiova.
5. Dragomir, M., Albină A. (2006). *Atletism în şcoală*, Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri*, Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari*, Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice*, Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir M., Albina A., & Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Cluburi Sportive, Federaţia Română de Atletism) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Atletism.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare scrisă – grilă	60%

9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	40%
9.6. Standard minim de performanţă			
- Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui). - Elaborarea, selectarea şi prezentarea unor sisteme operaţionale pe componentele lecţiilor de educaţie fizică şi sportive ale motricităţii umane.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Alina Elena

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

FIŞA DISCIPLINEI

ANUL UNIVERSITAR 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			**TEORIA ȘI PRACTICA ÎN RAMURI SPORTIVE - TENIS DE MASĂ**				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf. Univ. Dr. Lică Eliana				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf. Univ. Dr. Lică Eliana				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					44
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					2
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competenţe	-

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu internet și calculator
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală de sport dotată cu mese de tenis de masa si palete de tenis de masa

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE ÎNVĂŢĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - înţelege principiile tehnice ale tenisului de masa , cunoaşterea echipamentului.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - Are abilitatea de a executa procedee specifice tenisului de masa şi de a le adapta la diferite condiţii
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: - Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea echipamentului .

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Tenisul de masă - analiză retrospectivă şi viziune Caracteristici şi tendinţe de dezvoltare ale tenisului de masă	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	4 ore
Etapele învăţării şi perfecţionării tehnicii şi tacticii jocului de tenis de masă Metode de învăţare şi perfecţionare a tehnicii şi tacticii jocului de tenis de masă Principii tactice de bază			4 ore
Strategia jocului de simplu			4 ore
Strategia jocului de dublu			4 ore
Situaţii tactice speciale			4 ore
Jocul şi factorii perturbatori			2 ore
Jocul şi concentrarea			2 ore
Mascarea loviturilor			2 ore
Studiul adversarului			2 ore

Bibliografie:

Dragomir, M. (2005). Tenis de masa – aspecte metodice ale antrenamentului, Ed Universitaria, Craiova
Dragomir, M., Lică, M., Diaconescu, D. (2005). Tenis de masă - analiza procedeelor tehnice, Ed Universitaria, Craiova
Dragomir, M. (2001). Tenis de masă - de la iniţiere spre marea performanţă, Ed Universitaria, Craiova
Dragomir, M., Tenis, Ed. Universitaria, Craiova, 2004.
Lică, E., Mangra, G. (2006). Tenis de masă - iniţiere în tehnica jocului, Ed Universitaria, Craiova
Ochiană, N. (2006). Orientarea şi selecţia iniţială în tenis de masă - noţiuni introductive, Ed. Tehnopress, Iaşi
Stănescu, M. (2006). Antrenament şi competiţie, Ed. Moroşan, Bucureşti

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Perfecţionarea procedeelor tehnice în condiţii izolate	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	6
2. Perfecţionarea loviturilor în acţiuni de joc			6
3. Perfecţionarea fazelor de joc fix şi momentele lor			6
4. Perfecţionarea fazelor de joc decisiv			6
5. Jocuri cu temă			4

Bibliografie:
Dragomir, M. (2005). Tenis de masa – aspecte metodice ale antrenamentului, Ed Universitaria, Craiova Dragomir, M., Lică, M., Diaconescu, D. (2005). Tenis de masă - analiza procedeelor tehnice, Ed Universitaria, Craiova Dragomir, M. (2001). Tenis de masă - de la iniţiere spre marea performanţă, Ed Universitaria, Craiova Dragomir, M., Tenis, Ed. Universitaria, Craiova, 2004.

8. COROBORAREA CONŢINUTURILOR DISCIPLINEI CU AŞTEPTĂRILE REPREZENTANŢILOR COMUNITĂŢII EPISTEMICE, ASOCIAŢIILOR PROFESIONALE ŞI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului tenisului de masă, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
- Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei reflectată prin răspuns corect, în proporţie de 50%, la referatele pe care le-au avut de elaborat Selectarea şi adaptarea corectă a mijloacelor specifice tenisului de masă în programele de lucru			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Lică Eliana

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN ŞCOALĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr. Shaao Mirela				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr. Shaao Mirela				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					18
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					4
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală de curs cu dotări specifice (laptop, videoproiector, internet)
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de sport cu dotări specifice (teren de volei, fileu, mingi)

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică și descrie metodica de predare a voleiului în școală, regulamentul jocului și pregătirea echipei reprezentative școlare.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica și desfășura lecții eficiente de volei și de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor și antrenamentelor. Planifică și desfășoară lecții interactive, demonstrează tehnicii de execuție a diferitelor procedee. Stabilește structura lecțiilor, demonstrează exerciții și corectează tehnica de execuție. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează abilitățile jucătorilor.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de volei adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe și de a promova fair-play în competiții. Evaluează abilitățile elevilor și adaptează lecțiile de antrenament.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Metodica predării voleiului – priorități didactice. Precizări terminologice. Modalități de abordare a conținutului Programei Școlare în funcție de anul de instruire. Locul jocului de volei în lecția de educație fizică. Prezentarea planului de lecție în care una din teme este alocată deprinderilor din jocul de volei.	Față în față	Prelegerea, explicația, descrierea, conversația.	2
2. Metodica predării pozițiilor fundamentale și a deplasărilor. Metodica predării pasei cu două mâini de sus spre înainte. Organizarea celor trei lovituri în situația de instruire specifică. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeelor tehnice / acțiunilor tehnico-tactice.			2
3. Metodica predării serviciului de jos din față. Metodica predării preluării serviciului de jos din față. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeelor tehnice / acțiunilor tehnico-tactice.			2
4. Metodica predării pasei cu două mâini de jos. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeului.			2
5. Metodica predării serviciului de sus din față. Metodica predării preluării serviciului de sus din față. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeelor tehnice / acțiunilor tehnico-tactice.			2
6. Metodica predării ridicării. Metodica predării loviturii de atac pe direcția elanului. Metodica predării preluării din atac. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeelor tehnice / acțiunilor tehnico-tactice.			4

7. Metodica predării blocajului. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a procedeelor tehnice / acțiunilor tehnico-tactice.			2
8. Tactica la serviciu. Tactica la efectuarea și la primirea serviciului. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a tacticii individuale și colective la efectuarea și la primirea serviciului.			2
9. Tactica în atac. Sisteme de atac și combinații tactice colective în atac. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a sistemelor de atac și a combinațiilor tactice.			2
10. Tactica în apărare. Sisteme de apărare. Succesiunea metodică de învățare / consolidare a sistemelor de apărare.			2
11. Modalități de realizare a evaluării specifice. Jocul de volei în sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial. Activitatea competițională a elevilor din ciclul gimnazial. Particularitățile pregătirii echipei reprezentative de volei a școlii.			4
12. Particularitățile desfășurării procesului de orientare și selecție inițială în volei. Particularitățile voleiului adaptat.			2

Bibliografie:

1. Croitoru, D., & Șerban, M. (2002). *Volei în școală*. Semne.
2. Dăian, G., & Shaao, M. (2006). *Volei – metodica predării*. Universitaria.
3. Dina, G. (2012). *Volei în școală*. Sitech.
4. Pascu, D. (2008). *Metodica în volei*. Universitaria.
5. Shaao, M. (2013). *Volei. Curs de bază*. Universitaria.
6. M.E.N. (2017). *Programa Școlară pentru disciplina Educație Fizică și Sport, clasele V-VIII*. https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/programe-scolare-front/planuri-cadru-de-invatamant-si-programe-scolare-invatamant-gimnazial-2023
7. Shaao, M. (2025). *Metodica predării voleiului în școală. Note de curs* [format electronic]. https://classroom.google.com

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Pregătirea, organizarea și conducerea lecției în care una din teme este alocată deprinderilor din jocul de volei. Locul temei din jocului de volei în lecția de educație fizică. Modalități de realizare a evaluării inițiale în funcție de anul de instruire.	Față în față	Explicația, descrierea, observația, demonstrația, exersarea, evaluarea învățării.	2
2. Metodica predării pozițiilor fundamentale și a deplasărilor specifice. Metodica predării pasei cu două mâini de sus spre înainte. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea pozițiilor și deplasărilor / pasei cu două mâini de sus spre înainte / organizării celor trei lovituri. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
3. Metodica predării serviciului de jos din față. Metodica predării preluării serviciului de jos din față. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice			2

pentru învățarea / consolidarea serviciului de jos din față / preluării serviciului de jos din față. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			
4. Metodica predării pasei cu două mâini de jos. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea pasei cu două mâini de jos. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
5. Metodica predării serviciului de sus din față. Metodica predării preluării serviciului de sus din față. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea serviciului de sus din față / preluării serviciului de sus din față. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
6. Metodica predării ridicării. Metodica predării loviturii de atac pe direcția elanului. Metodica predării preluării din atac. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea ridicării / atacului pe direcția elanului / preluării din atac. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			4
7. Metodica predării blocajului individual și colectiv. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea blocajului individual / blocajului colectiv. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
8. Tactica la serviciu. Metodica predării tacticii la efectuarea și la primirea serviciului. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea așezării în dispozitiv la efectuarea și la primirea serviciului / tacticii individuale la efectuarea și la primirea serviciului. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
9. Tactica în atac. Metodica predării sistemelor de atac și a combinațiilor tactice colective în atac. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea sistemelor de atac / combinațiilor în atac. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
10. Tactica în apărare. Metodica predării sistemelor de apărare. Selectarea mijloacelor în funcție de obiectivul operațional. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea unor sisteme de acționare specifice pentru învățarea / consolidarea sistemelor de apărare. Organizarea și conducerea unei			2

secvențe de lecție.			
11. Modalități de realizare a evaluării finale în funcție de anul de instruire. Aplicații: selectarea / conceperea și prezentarea instrumentelor de evaluare (structura tehnică și jocul). Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			2
12. Organizarea și conducerea competițiilor școlare. Aplicații practice: organizarea și conducerea echipei; arbitrajul. Organizarea și conducerea unei secvențe de lecție.			4

Bibliografie:

1. Croitoru, D., & Șerban, M. (2002). *Volei în școală.* Semne.
2. Dăian, G., & Shaao, M. (2006). *Volei – metodica predării*. Universitaria.
3. Dina, G. (2012). *Volei în școală*. Sitech.
4. Pascu, D. (2008). *Metodica în volei*. Universitaria.
5. Shaao, M. (2013). *Volei. Curs de bază*. Universitaria.
6. M.E.N. (2017). *Programa Școlară pentru disciplina Educație Fizică și Sport, clasele V-VIII.* https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/programe-scolare-front/planuri-cadru-de-invatamant-si-programe-scolare-invatamant-gimnazial-2023
7. Shaao, M. (2025). *Metodica predării voleiului în școală. Note de curs* [format electronic]. https://classroom.google.com

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de volei, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce secvențe de lecție cu temă din volei. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen scris). Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o secvență de lecție cu temă din volei (evaluare practică).			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Shaao Mirela

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Lect.univ.dr Popescu Marius Catalin				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Lect.univ.dr Popescu Marius Catalin				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					21
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					6
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

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 dotată cu tehnică de calcul și internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de handbal

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică şi descrie metodica de predare a handbalului, regulamentul jocului şi pregătirea echipei reprezentative şcolare.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica şi desfăşura lecţii eficiente de handbal şi de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor şi antrenamentelor. Planifică şi desfăşoară lecţii interactive, demonstrează tehnicii de execuţie a diferitelor procedee. Stabileşte structura lecţiilor, demonstrează exerciţii şi corectează tehnica de execuţie. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri şi evaluează abilităţile jucătorilor.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Creează şi gestionează programe de pregătire şi evaluare a elevilor. Iniţiază şi dezvoltă programe de handbal, adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor şi adaptează programul în funcţie de nevoile lor. Creează un mediu de învăţare sigur şi motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe şi de a promova fair-play în competiţii. Evaluează abilităţile elevilor şi adaptează lecţiile de antrenament.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Cerinţe ale disciplinei pentru curs. Handbalul ca mijloc al educaţiei fizice şcolare	faţă în faţă	prelegere	2
2. Metodica predării acţiunilor tehnico-tactice individuale			2
3.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice pentru jocul de atac. Contraatacul şi contraatacul susţinut			4
4.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice pentru jocul de atac. Organizarea atacului, atacul în sistem			4
5.Metodica predării elementelor tehnice pentru jocul de apărare. Apărarea 6:0 şi 5:1			2
6.Metodica predării aruncărilor la poartă cu pas adăugat, încrucişat şi din săritură.			4
7.Metodica predării fazei a I-a şi fazei a III-a a apărării – Replierea şi organizarea apărării			2
8.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice specifice jocului portarului			2
9.Metodica instruirii echipei reprezentative şcolare			2
10.Organizarea bazei de masă a handbalului de performanţă			2
11.Noţiuni de arbitraj şi de organizarea meciurilor			2

Bibliografie

Bota. I., & Bota M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului,* Ed., Turism, Bucureşti

Hantău, C. (2000). *Handbal.* Editura Alpha, Bucureşti
Igorov, & Bosi, M. (2009). *Instruirea în handbal Copii şi juniori.* Ed. Moroşan, Bucureşti
Negulescu, I. (2000). *Handbal, Iniţiere – Performanţă.* Ed. Oglinda Press, Bucureşti
Orţănescu, C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de baz.,* Ed.Universitaria,Craiova
Orţănescu, C., & Popescu. C., M., (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Ed.Universitaria,Craiova
Şerbănoiu, S. (2004). *Metodica educaţiei fizice.* Ed. Cartea Universitară, Bucureşti,
Ghid metodologic de aplicare a programelor de educaţie fizică şi sport înînvăţământul primar, gimnazial şi liceal, (2001), MEC, Bucureşti.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice. Poziţia fundamentală pentru atac şi apărare. Mişcarea în teren.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	2
2 Ţinerea, prinderea şi pasarea mingii.			2
3. Driblingul, fentele şi mişcările înşelătoare			2
4. Aruncările la poartă cu pas adăugat, încrucişat şi din săritură.			2
5.Scoaterea mingii de la adversar. Blocarea aruncărilor. Atacarea adversarului aflat în posesia mingii.			2
6. Jocul portarului			2
7. Faza I a atacului – Contraatacul			2
8. Faza a II-a a atacului – Contraatacul susţinut			2
9. Faza a IV-a a atacului – Jocul în sistem.			2
10. Sistemul de atac cu un pivot şi cu doi pivoţi.			2
11. Pasarea mingii în pătrundere sccesivă. Pasele de angajare a jucătorilor de semicerc.			2
12.Încrucişarea. Paravanul. Blocajul şi plecarea din blocaj.			2
13.Replierea în apărare. Preluarea, predarea şi schimbul de oameni în apărare			2
14.Sistemul de apărare 6+0			2

Bibliografie

Bota. I., & Bota M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului.* Ed. Turism, Bucureşti
Hantău. C. (2000). *Handbal.* Editura Alpha, Bucureşti
Igorov. & Bosi, M. (2009). *Instruirea în handbal Copii şi juniori.* Ed. Moroşan, Bucureşti
Negulescu. I. (2000). *Handbal, Iniţiere – Performanţă.* Ed. Oglinda Press, Bucureşti
Orţănescu. C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de bază.* Ed.Universitaria,Craiova
Orţănescu. C., & Popescu, C. M. (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Ed.Universitaria,Craiova
Şerbănoiu, S. (2004). *Metodica educaţiei fizice.* Ed. Cartea Universitară, Bucureşti,
Ghid metodologic de aplicare a programelor de educaţie fizică şi sport înînvăţământul primar, gimnazial şi liceal, MEC, Bucureşti.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al jocului de handbal, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor din jocul de	examen	70%

	handbal şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport		
9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a metodicii de predare a procedeelor şi elementelor din jocul de handbal folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	evaluare practică; observaţie sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea şi aplciarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv – educative şi a structurilor de exerciţii prevăzute în programa şcolară în învăţământul preuniversitar Stăpânirea terminologiei specifice handbalului şi implicit a celei specifice domeniului revăzută în caietul de studiu individual ce include teme periodice creative			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Popescu Marius Cătălin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Badea Daniela				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi					10
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	- promovarea disciplinei gimnastică de bază
4.2 de competenţe	- utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală de sport cu dotări specifice: saltele, ladă de gimnastăcă, bănci de gimnastică, bastoane, mingi, cercuri, capră de gimnasică, trambulină

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice. Studentul explică şi descrie metodica de predare a gimnasticii în şcoală
Aptitudini (Abilităţi)	Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice. Planifică şi desfăşoară lecţii interactive, demonstrează tehnicii de execuţie a diferitelor elemente acrobatice. Stabileşte structura lecţiilor, demonstrează exerciţii şi corectează tehnica de execuţie.
Responsabilitate şi autonomie	Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor Evaluează progresul elevilor şi adaptează programul în funcţie de nevoile lor. Creează un mediu de învăţare sigur şi motivant pentru elevi.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Componente de conţinut ale gimnasticii ca elemente definitorii ale idealului educaţional la disciplina educaţie fizică	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Organizarea conţinutului gimnasticii prin prisma teoriei curriculum-ului			2
Cerinţele programei şcolare pentru realizarea conţinutului gimnasticii			2
Sisteme operaţionale supuse învăţării specifice gimnasticii regăsite în structura lecţiei de educaţie fizică			2
Priorităţi metodice în predarea conţinutului gimnasticii şcolare. Cauze ale nereuşitei didactice			2
Locul, rolul şi metodica de predare a exerciţiilor de front şi formaţii în lecţia de educaţie fizică			2
Motricitatea umană şi legile mişcării motrice			2
Rolul, conţinutul şi metodica de predare a exerciţiilor de dezvoltare fizică generală în lecţia de educaţie fizică			2
Complexe de exerciţii cu bastonul de gimnastică şi coardă			2
Complexe de exerciţii cu minge şi cerc			2
Complexe de exerciţii la banca de gimnastică şi scară fixă			4
Metodica predării exerciţiilor acrobatice prevăzute în programa şcolară			4
Bibliografie:			
1. Orţănescu, D. (2008). *Gimnastica – componentă a educaţiei fizice şcolare.* Editura Universitaria, Craiova			
2. Orţănescu, D., Nanu, M.C., Popescu, S., & Cosma, G. (2016). *Gimnastica în şcoală.* Editura Sitech, Craiova			
3. Nanu, M.C., Orţănescu, D., Dumitru, R., & Cosma, G,. (2018). *Metodica predării gimnasticii în şcoală.* Editura Universitaria, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)

Metodica predării exerciţiilor de front şi formaţii	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Metodica de predare a exerciţiilor de dezvoltare fizică generală în lecţia de educaţie fizică-baston şi coardă			4
Metodica de predare a exerciţiilor de dezvoltare fizică generală în lecţia de educaţie fizică-minge şi cerc			4
Metodica de predare a exerciţiilor de dezvoltare fizică generală în lecţia de educaţie fizică-bancă şi scară fixă			4
Metodica de predare a elementelor acrobatice cuprinse în programa şcolară			4
Metodica de predare a săriturilor cu sprijin cuprinse în programa şcolară			4
Alcătuirea parcursurilor aplicative şi ştafete cu deprinderi aplicativ-utilitare			2
Conducerea unor secvenţe didactice cu tematică dată			4
Bibliografie:			
1. Nanu, M.C., & Cosma, G. (2015). *Gimnastica de bază – caiet de lucrări practice.* Editura Sitech, Craiova			
2. Nanu, M.C., & Cosma, G. (2015). *Metodica predării gimnasticii în şcoală – caiet de lucrări practice.* Editura Sitech, Craiova			
3. Nanu, M.C., Orţănescu, D., Dumitru, R., & Cosma, G. (2018). *Metodica predării gimnasticii în şcoală.* Editura Universitaria, Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al gimnasticii şcolare, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	75%
9.5. Activităţi aplicative	Capacitatea de a proiecta, organiza şi conduce secvenţe de lecţie cu temă din gimnastică. Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	25%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea metodicii de învăţare a mijloacelor gimnasticii cerute prin prisma programei şcolare Stăpânirea terminologiei specifice gimnasticii Capacitatea de a proiecta, organiza şi conduce o secvenţă de lecţie cu temă din gimnastică			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			ISTORIA EDUCAŢIEI FIZICE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					2
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					2
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					2
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					
3.7. Total ore studiu individual					8
3.8. Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu echipamente multimedia și acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de seminar adecvată desfășurării activităților interactive și lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice și resurse educaționale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Explică evoluţia educaţiei fizice şi sportului de-a lungul istoriei, principalele epoci şi figuri relevante.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a analiza şi interpreta impactul istoric al sportului asupra societăţii şi culturii.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a cerceta şi de a susţine lucrări pe teme istorice din domeniul educaţiei fizice şi sportului.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Obiectul, metodele de cercetare şi izvoarele istoriei educaţiei fizice şi sportului	faţă în faţă	prelegere	1
2. Exerciţiile fizice în comuna primitivă			1
3. Educaţia fizică în antichitate			1
4. Educaţia fizică în feudalism			1
5. Educaţia fizică în timpul renaşteri			1
6. Educaţia fizică în timpul iluminismului			1
7. Principalele sistemele naţionale de educaţie fizică			1
8. Educaţia fizică în România			1
9. Începuturile şl evoluţia educaţiei fizice şcolare în România			1
10. Începuturile şi evoluţia organizării activităţii sportive în România			1
11. Istoricul Jocurilor Olimpice antice			2
12. Jocurile Olimpice moderne			2

Bibliografie

1. Barbu, M. (2010). *Istoria educaţiei fizice şi olimpism – Caiet de lucrări practice*. Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2004). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Stroe, C.A. (2004). *Istoria Educaţiei fizice şi a sportului – Manual Universitar*. Craiova, Tipografia Universităţii.
4. Stroe, C.A., & Dumitrana, O. (2003). *File de Istorie Bizantină.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Stroe, C.A., Budevici, A.L., & Danail, S.N. (1997). *Organizarea mişcării sportive din România în perioada interbelică*. Craiova, Editura Universitaria.
6. Albu, V. (1996). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Constanţa, Editura EX PONTO.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Orientul antic	faţă în faţă	Seminar interactiv, bazat pe aplicaţii	2
2. Grecia antică, Grecia preclasică, Grecia			2

clasică		practice şi lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfăşoară prin realizarea de aplicaţii practice, în concordanţă cu tematica fiecărui seminar. Studenţii sunt organizaţi în grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicaţii spre rezolvare. La finalul fiecărei activităţi, rezultatele obţinute de grupuri sunt analizate şi discutate în plen.	
3. Roma antică			2
4. Educaţia fizică a nobililor			2
5. Exerciţiile fizice ale ţăranilor şi orăşenilor			2
6. Şcoala franceză, şcoala germană, şcoala nordică şi şcoala engleză de educaţie fizică			2
7. Exerciţiile fizice în comuna primitivă, educaţia fizică în antichitate şi educaţia fizică în feudalism pe teritoriul României			4
8. Istoricul organizării activităţii sportive în România			4
9. Jocurile Olimpice antice			4
10. Jocurile Olimpice moderne			4

Bibliografie

1. Barbu, M. (2010). *Istoria educaţiei fizice şi olimpism – Caiet de lucrări practice*. Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2004). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Stroe, C.A. (2004). *Istoria Educaţiei fizice şi a sportului – Manual Universitar*. Craiova, Tipografia Universităţii.
4. Stroe, C.A., & Dumitrana, O. (2003). *File de Istorie Bizantină.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Stroe, C.A., Budevici, A.L., & Danail, S.N. (1997). *Organizarea mişcării sportive din România în perioada interbelică*. Craiova, Editura Universitaria.
6. Albu, V. (1996). *Istoria educaţiei fizice şi sportului.* Constanţa, Editura EX PONTO.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina contribuie la formarea bazei culturale şi profesionale în domeniul educaţiei fizice şi sportului, răspunzând aşteptărilor comunităţii academice, ale asociaţiilor profesionale şi ale angajatorilor din domeniu. Cunoştinţele dobândite sprijină înţelegerea evoluţiei istorice a educaţiei fizice şi sportului şi fundamentează competenţele necesare exercitării profesiei, în conformitate cu cerinţele prevăzute în RNCIS, COR şi cadrul european al calificărilor (EQF).

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%
9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a exerciţiilor specifice; Capacitatea de analiză şi corectare a greşelilor; Participare activă şi implicare în activităţile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar în următoarele condiţii: • fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1;	50%

		• eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală şi se stabileşte printr-o notă la seminar (Nes), după relaţia: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	
9.6. Standard minim de performanţă			
Obținerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoștințe privind evoluția istorică a educației fizice și sportului, principalele etape, curente și personalități care au marcat dezvoltarea domeniului, precum și capacitatea studentului de a înțelege și interpreta critic fenomenele istorice din educația fizică și sport.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ŞI PRACTICA ÎN RAMURI SPORTIVE – CULTURISM/FITNESS				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Albină Constantin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Constantin				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	III	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					2
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					2
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					2
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					-
3.7. Total ore studiu individual					**8**
3.8. Total ore pe semestru					**50**
3.9. Numărul de credite					**2**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Nu este cazul
4.2. de competenţe	• Utilizarea adecvată aterminologiei specifice domeniului

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecţie
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de culturism

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul Definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Identifică forma și conținutul exercițiului fizic. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Scurt istoric al activităţilor de culturism/fitness	față în față	prelegere	2
Forţa şi factorii care o influenţează			2
Intensitatea antrenamentului pentru dezvoltarea forţei			2
Tipurile de activitate care îmbunătăţesc condiţia fizică			4
Regulamentul competiţional şi reguli de concepere a programelor de culturism/fitness.			4

Bibliografie:

1. Albină, C., & Albină, A.E. (2016). *Jocuri de mișcare – Note de curs.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, C. (2015). *Fitness pentru sănătatea ta.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Albină, C., & Albină A.E. (2015). *Optimizarea condiției fizice. Fitness. Curs de bază.* Ed. Sitech, Craiova.
4. Bompa, T. (2001). *Periodizarea: teoria și metodologia antrenamentului sportiv.* Editura Ex Ponto, București.
5. Cannone, J. (2007). *Functional training*. http://www.bodybuilding.com/fun/jessec4.htm
6. Ciobanu, M. (2005). *Adolescenții*, Editura Accent Print, Suceava.
7. Damian, Ș. (2006). *Superfit.* Editura Corint, București.
8. Hidi, I.L. (2007). *Fitness*, Editura Didactică și Pedagogică, București.
9. Hidi, I.L. (2008). *Fitness* – bazele antrenamentului, Editura BREN, București.
10. Tudor, V., & Crișan, D.I. (2007). *Forța. Aptitudine motrică,* Editura BREN, Buzău.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Exerciţii specifice pentru acomodarea cu activităţile de culturism pentru toţi.	față în față	explicația demonstrația	4
2.Metodica învăţării execuţiei exerciţiilor pentru dezvoltarea diferitelor grupe musculare pentru începători			12
3.Metodica învăţării execuţiei exerciţiilor pentru dezvoltarea diferitelor grupe musculare pentru cei cu stadiu mediu de dezvoltare somatică.			12

Bibliografie:

1. Albină, C., & Albină, A.E. (2016). *Jocuri de mişcare – Note de curs.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, C. (2015). *Fitness pentru sănătatea ta.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Albină, C., Albină A.E. (2015). *Optimizarea condiției fizice. Fitness. Curs de bază.* Ed. Sitech, Craiova.
4. Bompa, T. (2001). *Periodizarea: teoria şi metodologia antrenamentului sportiv*, Editura Ex Ponto, Bucureşti.
5. Cannone, J. (2007). *Functional training*. http://www.bodybuilding.com/fun/jessec4.htm
6. Ciobanu, M. (2005). *Adolescenţii.* Editura Accent Print, Suceava.
7. Damian, Ş. (2006). *Superfit*. Editura Corint, Bucureşti.
8. Hidi, I.L. (2007). *Fitness.* Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti.
9. Hidi, I.L. (2008). *Fitness – bazele antrenamentului*, Editura BREN, Bucureşti.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Federaţia Română de Culturism-fitness, Cluburi Sportive) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Culturism-fitness.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare scrisă Prezență	30% 70%
9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	Admis
9.6. Standard minim de performanţă			
- Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui). - Cunoaşterea şi aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor antrenamentului de culturism-fitness la nivelul aprofundării.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Constantin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			PRACTICA ŞI METODICA ACTIVITĂŢILOR MOTRICE PE GRUPE DE VÂRSTĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf. univ. dr. Ungureanu-Dobre Aurora				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Ungureanu-Dobre Aurora				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					
Examinări					6
Alte activităţi.....					2
3.7. Total ore studiu individual					**33**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Teoria şi metodica educaţiei fizice, Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive parcurse în anul I, Bazele generale ale Gimnasticii, Atletismului.
4.2. de competenţe	Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică, utilizează exerciţii fizice.

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Aula 1 – Facultatea de Educaţie Fizică şi Sport Instalaţii şi materiale auxiliare necesare desfăşurării lecţiilor teoretice de curs (laptop, internet, tablă, coli cartonate, carioci).
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Cabinetul de metodica / Terenuri şi săli de sport ale Facultatea de Educaţie Fizică şi Sport / sau în alte locaţii sportive prin participare la diferite activităţi motrice prin acorduri de colaborare cu diferite

	instituții din domeniu (gradinițe, școli, cabinete de kinetoterapie) și cluburi sportive. Instalații și materiale auxiliare necesare desfășurării seminarului/lucrărilor practice (laptop, prezentari PP, tablă, coli cartonate, carioci colorate). Participare activă la minim 8 prezențe din 14, la seminar, fie în sala de seminar, fie pe terenul de sport sau direct la diverse activități motrice pe grupe de vârstă. Vizionare meciuri și întocmire fișă de observație și participare la activități de voluntariat, organizare de competiții.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Definește necesitățile dezvoltării motrice în funcție de vârstă, metodele de predare adaptate. Explică principiile adaptării activităților fizice în funcție de nevoile diferitelor grupuri de persoane, inclusiv cei cu dizabilități.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Creează activități motrice adecvate diferitelor grupe de vârstă Creează și implementează programe de activități fizice adaptate, evaluează progresul participanților.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Dezvoltă un cadru de instruire pentru participanți și asigurarea un mediu de învățare sigur și motivant.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Prezentarea disciplinei obligatorii de învățământ - Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă - (obiectivul general, obiective specifice, conținuturi și competențe specifice care trebuie acumulate, evaluare). Activitatea motrică - delimitări conceptuale /Pregătirea și conducerea activităților motrice	Față în față	- de tip expozitiv-euristic: prelegere, explicație, problematizare. învățarea prin descoperire. - prezentări în Power Point; - concursuri interactive.	1
2. Procedee de organizare a exersării în activitățile motrice			1
3. Jocuri de mișcare (definire, organizare și conducere, indicații metodice)			1
4. Activitatea de animator			1
5. Practica și metodica activităților motrice pentru grupa de vârstă de la 0-1 an (sugar)			1
6. Practica și metodica activităților motrice pentru grupa de vârstă 1-3 ani (antepreșcolar)			1
7. Practica și metodica activităților motrice pentru grupa de vârstă 3-6/7 ani ani (preșcolar)			1
8. Practica și metodica activităților motrice pentru			1

grupa de vârstă 6/7 - 10/11 ani (şcolar mic)			
9. Practica şi metodica activităţilor motrice pentru grupa de vârstă 10/11 - 14 ani (puber)			1
10. Practica şi metodica activităţilor motrice pentru grupa de vârstă 14-15 / 18-20 ani (adolescent)			1
11. Practica şi metodica activităţilor motrice pentru grupa de vârstă 20-35 ani (tânăr)			1
12. Practica şi metodica activităţilor motrice pentru grupa de vârstă 35-65 ani (adult)			1
13. Practica şi metodica activităţilor motrice pentru grupa de vârstă peste 65 ani (vârstnic)			1
14. Practica și metodica activităților motrice la persoanele cu cerințe educative speciale (CES)			1

Bibliografie:

1. Albu C-tin., Albu, A., Vlad, T.B., & Iacob, I. (2006). *Psihomotricitatea*, Editura Institutul European, Iaşi.
2. Cătăneanu, M.S., & Ungureanu, A. (2016). *Educație fizică și sportivă școlară, Teoria și metodica predării - Ediția a II-a, revăzută și adăugită. Craiova.* Editura Universitaria.
3. Epuran, M. (2011). *Motricitate și psihism în activitățile corporale.* București, Editura FEST.
4. Gidu, D.V. (2018). *Jocuri de Animație - Metode și Tehnici*. Craiova, Editura Universitaria
5. Prodea, C. (2010). *Didactica activităților de loisir la diferite categorii de vârstă - Suport de curs*. Cluj-Napoca.
6. Sabău, G. (2012). *Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă*. Cluj-Napoca, Editura Riosprint.
7. Ungureanu - Dobre, A. (2024). *Practica si metodica activitaților motrice pe grupe de vârstă - CURS. Ediție revăzută și adăugită*. Craiova, Editura Universitaria.
8. Ungureanu - Dobre, A. (2023). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare – Ediție revăzută și adăugită*. Craiova, Editura Universitaria
9. Ungureanu, A. (2013). *Metodica educaţiei fizice în învăţământul preşcolar şi primar Ediţia aIIa Revăzută şi Adăugită.* Craiova. Editura Universitaria Craiova.
10. Ungureanu, A. (2013). *Teoria Educaţiei Fizice și Sportului - Caiet de orientare a dezbaterilor la seminar*. Bucuresti, Editura BREN.
11. Ungureanu, A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice și Sportului – Editia a II a*. Craiova, Editura Universitaria,
12. Ungureanu, A. (2009). *Contribuţii privind integrarea socială a copiilor cu dizabilităţi motorii, prin activităţi fizice adaptate* - Teza de doctorat. I.O.S.U.D. - Universitatea din Piteşti – îndrumător Prof. Univ. Dr. Niculescu Mugurel Horaţiu.
13. Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/
14. Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/

https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdf

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Obiectivele generale specifice principalelor subsisteme ale educației fizice, pe grupe de vârstă. Organizarea și desfășurarea activităților motrice în aer liber, pe timp friguros și în condiții speciale	Față în față	- de tip evaluativ-stimulativ: observație, apreciere verbală, evaluare formativă (continuă); - metoda	2
2. Forme de organizare a practicării activităților motrice (activitățile ludice, întrecerea/ concursul, jocul de mișcare, minutul de educație fizică, activitatea motrică de înviorare - gimnastica de înviorare, plimbările, excursia, taberele, activitățile recreative, petrecerile aniversare).			2
3. Jocuri de mișcare elaborare, aplicabilitate practică în grupa de studenți, analiza video.			2

4. Animatorul (socio-educativ și sportiv) / Descrierea Proiectul de activitate motrică /de animație.		conversației, - dezbaterea, -prelegerea, - prezentări în Power Point - brainstormingul, - studiul individual - lucru pe grupe de studenți -evaluarea /autoevaluarea temelor elaborate de studenți, -evaluarea / autoevaluarea activităților motrice/ programelor pe grupe de vârstă elaborate de studenți.	2
5. Tehnologia acționării pentru formarea deprinderilor motrice prin jocuri de mișcare (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
6. Tehnologia acționării pentru captarea atenției și pentru revenirea organismului după efort prin jocuri de mișcare (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
7. Tehnologia acționării pentru formarea deprinderilor motrice (procedeelor tehnice), specifice jocurilor sportive, prin jocuri de mișcare (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
8. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea vitezei (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
9. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea capacității coordinative/ îndemânării (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
10. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea forței (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
11. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea rezistenței (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
12. Tehnologia acționării pentru dezvoltarea mobilității/supleții (elaborare, aplicabilitate practică sau analiză video)			2
13. Prezentarea proiectelor de activități motrice pentru diferite grupe de vârstă, elaborate de studenți, pe grupe (EXEMPLE DE BUNE PRACTICI) .			2
14. Prezentarea proiectelor de activități motrice pentru persoane cu cerințe educative speciale, elaborate de studenți, pe grupe (EXEMPLE DE BUNE PRACTICI)			2

Bibliografie:

1. Albu C-tin., Albu, A., Vlad, T.B., & Iacob, I. (2006). *Psihomotricitatea.* Iași. Editura Institutul European
2. Dragnea, A., & Bota, A. (1999). *Teoria activităţilor mortice*. Bucureşti, Editura Didactică şi Pedagogică, R.A.
3. Gidu, D. V. (2018). *Jocuri de Animație - Metode și Tehnici*. Craiova, Editura Universitaria.
4. Kovács A. (2020). *Kinetoterapia prin joacă - Exerciții pentru dezvoltarea motorie a bebelușilor de 1-9 luni.* Oradea, Editura CASA.
5. Roman G., Rusu F., & Santa C. (2008). *Activități sportive pentru populația de vârstă adultă.* Cluj-Napoca, Editura Napoca Star.
6. Ungureanu-Dobre A. (**2023**) - *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare – Ediție revăzută și adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
7. Ungureanu-Dobre A. (2020). *Practica și Metodica Activitaților Motrice pe Grupe de Vârstă – Suport de studiu pentru seminarii*. Craiova. Editura Universitaria.
8. Ungureanu - Dobre A. (2019). *Didactica Specialității - Educație Fizică și Sport - Nivelul I - Învățământul Preșcolar, Primar, Gimnazial și Special - Ediția a -II-a Reeditată și adăugită - Curs de Bază*, București, Editura Bren.
9. Ungureanu A. (2013). *Teoria Educației Fizice și Sportului - Caiet de orientare a dezbaterilor la seminar*. Bucuresti, Editura BREN
10. Ungureanu A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii*. Craiova, Editura Universitaria

11. Ungureanu A. (2013). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare - Ediția a II-a, revăzută și adăugită.* Craiova. Editura Universitaria Craiova
12. Ungureanu A. (2013). *Metodica Educației Fizice în Învățământul Preșcolar și Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.
13. Ungureanu A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii. București,* Editura Pro Universitaria.
14. ***Ministerul Educației Naționale, Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3393/28.02.2017 - Programa școlară pentru disciplina educație Fizică și Sport Clasele a V-a - a VIII-, București 2017.
15. ***Ministerul Educației Naționale Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3418/19.03.2013 - *Programa școlară pentru Educație Fizică, Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a*, București, 2013
16. ***Ministerul Educației Naționale - Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 5002/02.12.2014 - *Programa școlară pentru disciplina Educație Fizică, Clasele a III-a și clasa a IV-a*, București, 2014
17. ***Ministerul Educației Naționale - Anexa nr. II la Ordinul Ministrului Educației nr. 3702/21.04.2021 - *Programe școlare pentru Domeniul Psihomotric,* București 2021.
18. Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării activităților motrice pe diferite grupe de vârstă.

- corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor pedagogice însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul științelor educației
- competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul sistemului de învățământ, al instituțiilor și organizațiilor nonguvernamentale cu competențe și atribuții în managementul și evaluarea proiectelor educaționale.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Demonstrarea nivelului de asimilare a cunoștințelor teoretico-metodice specifice disciplinei. Condiție de susținere a colocviului: participarea activă la minim 10 cursuri din totalul de 14.	EXAMEN SCRIS	60%+10% (oficiu)
9.5. Seminar/laborator	L: Participarea la minim 10 lucrări practice din totalul de 14. Elaborarea și prezentarea unui proiect de echipă cu grupa de vârstă impusă. (**20%**). Participarea ACTIVA la toate lucrări practice și încărcarea temelor pe Classroom (**10%**). Studentii care nu indeplinesc criteriile de mai sus chiar dacă au numărul de prezențe, vor primi subiecte teoretice în plus	EVALUARE FORMATIVA pe parcursul semestrului. PROIECT DE ECHIPĂ TEMELE de la toate Lucrările practice	20 % 10%

	dacă nu îndeplinesc punctajul la Activități Aplicative.		
	Studentii care nu indeplinesc criteriile de mai sus si au numar mai mic de prezente vor sustine colocviul doar dacă participă la recuperări (ca să ajungă la numărul minim de prezente cerut) sau în perioada de restanțe, dar doar sub forma de examen scris.	EXAMEN SCRIS	**90%+10% (oficiu)**

9.6. Standard minim de performanță

- parcurgerea bibliografiei minimal;
- însușirea minimală a noțiunilor, ideilor, teoriilor generale;
- cunoașterea minimală a caracteristicilor motricității la diferite grupe de vârstă;
- însușirea minimală a problemelor de bază specifice disciplinei;
- cunoștințe și noțiuni de organizare și elaborare a activităților motrice pe grupe de vârstă și de organizare a competiților sportive (nivel mediu);
- competențe privind selectarea mijloacelor și dozarea efortului, în funcție de particularitățile de vârstă ale practicanților;
- cunoașterea efectelor practicării activităților motrice și a factorilor asociați asupra sănătății organismului;
- participare activă la minim 10 prezențe din 14, la curs;
- participare activă la minim 10 prezențe din 14, la seminar, fie în sala de seminar, fie pe terenul de sport sau direct la diverse activități motrice (vizionare meciuri și întocmire fișă de observație, participare la activități de voluntariat, organizare de competiții).
- elaborarea Proiectului de Echipă doar dacă au participat la minim 10 lucrări practice și 10 cursuri.
- obținerea numărului de credite.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Ungureanu-Dobre Aurora

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

FIȘA DISCIPLINEI

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei				STAGIU DE PRACTICĂ ÎN ORGANIZAREA DE ACTIVITATI SPORTIVE RECREATIVE			
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților aplicative				Conf.univ.dr. Brabiescu Călinescu Luminița			
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	V	2.7 Regimul disciplinei (obligativitate)	DOB

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	3.2 din care:	-	3.3 seminar/laborator/proiect	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs		3.6 seminar/laborator/proiect	28

Distribuția fondului de timp	22
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	2
Tutoriat	
Examinări	2
Alte activități: consultații, cercuri studențești	**2**
3.7.Total ore activități individuale	**22**
3.8 Total ore pe semestru	**50**
3.9 Numărul de credite	**2**

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 desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	• Acces la baze sportive şi terenuri în aer liber. • Spații naturale adecvate organizării de activități recreative. • Echipament minim obligatoriu pentru participanți (echipament sportiv adecvat, încălțăminte pentru teren variat). • Materiale specifice: busole, hărți, echipament pentru orientare, echipament pentru jocuri recreative. • Posibilitatea deplasării în teren (transport organizat sau individual). • Obiective turistice din zonă, Parcul Romanescu, Pădurea Bucovăţ, Piscina Leamna, Baza sportiva din Parcul Tinertului

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE ÎNVĂŢĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Concepe şi prezinta anumite sisteme de mijloace specifice educaţiei fizice şi sportive, programe de timp liber şi activităţil extracurriculare cu specific sportive.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Planifică activități sportive recreative în funcție de obiective și participanți. Organizează și coordonează activități sportive recreative.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Își asumă responsabilitatea organizării și desfășurării activităților recreative. Adaptează activitățile recreative în funcție de particularitățile participanților.

7. CONŢINUTURI

7.1 Curs (unităţi de conţinut)	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Nr ore
7.2. Seminar/laborator			
Noţiuni introductive despre: calitatea vieții, sport pentru toți, activități de timp liber.	față în față	explicația, observația, demonstrația, evaluarea învățării.	2
Sportul de loisir şi educaţia			2
Educația pentru o viață activă. Sportul pentru toți, sportul de timp liber			2
Funcțiile sportului pentru toți și activitățile de timp liber.			2
Echipamentul pentru turism			2
Metodica organizarii excursiilor			3
Activităţi programate în raport de vreme			3
Turismul – tipuri, importanta si accesibilitatea turismului			3
Activităţi sportive turistice			3
Trasee turistice montane			3
Elaborarea şi aplicarea unui program de turism cu tematică dată			3

8. COROBORAREA CONŢINUTURILOR DISCIPLINEI CU AŞTEPTĂRILE REPREZENTANŢILOR COMUNITĂŢII EPISTEMICE, ASOCIAŢIILOR PROFESIONALE ŞI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Disciplina oferă studenţilor modelul practicării şi/sau organizării unor activităţi sportiv-recreative ce pot fi organizate cu colectivele de elevi

9. EVALUARE

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.5 Activităţi aplicative	Punerea in practica a modelelor specifice	Evaluare practica	100%
9.6 Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui)			
Obtinerea numarului de credite Apreciere ce are in vedere nota obtinuta la proiect			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Brabiescu Călinescu Luminița

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	IV	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					16
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					16
Examinări					2
Alte activități.....					8
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Promovarea disciplinei Bazele generale ale atletismului și Metodica predării atletismului în școală
4.2. de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului • Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice predării atletismului în școală

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Teren și sală de atletism

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Atletismul în lecţia de educaţie fizică şi sport – generalităţi, caracteristici, etc.	faţă în faţă	prelegere	2
2.Predarea atletismului în lecţia de educaţie fizică şi sport la preşcolari, ciclul primar şi gimnazial			4
3.Metodica predării pasului lansat de semifond			2
4.Metodica predării pasului lansat de viteză			2
5.Metodica predării alergării de ştafetă			2
6.Metodica predării alergării de garduri			2
7.Metodica predării săriturii în lungime (ghemuire - 1 şi ½ paşi în zbor)			3
8.Metodica predării săriturii în înălţime (păşire şi cu rostogolire ventrală).			3
9.Metodica predării aruncării mingii de oină			2
10.Metodica predării aruncării greutăţii			2
11.Mijloacele atletismului şi pregătirea echipei reprezentative sportive şcolare. Organizarea unei competiţii sportive şcolare de atletism			2
12.Evaluarea în atletismul şcolar			2

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară,* Ed. Universitaria, Craiova.
5. Dragomir, M., & Albină, A. (2006). *Atletism în şcoală.* Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari.* Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe*

baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice. Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir M., Albina A., & Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Jocuri şi întreceri specifice atletismului – alergări, sărituri, aruncări.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	4
2.Conducerea lecţiei de educaţie fizică şi sport cu teme din atletism (alergări de semifond, viteză, ştafetă, garduri – jocuri)			10
3.Conducerea lecţiei de educaţie fizică şi sport cu teme din atletism (sărituri în lungime şi înălţime - jocuri)			8
4.Conducerea lecţiei de educaţie fizică şi sport cu teme din atletism (aruncarea mingii de oină şi greutate - jocuri)			6

Bibliografie:

1. Albină, A.E.,(2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova, 2008.
5. Dragomir, M. & Albină A. (2006). *Atletism în şcoală.* Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari.* Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice.* Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir M., Albina A., & Albina C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism.* Reprografia Universităţii din Craiova.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Cluburi Sportive, Federaţia Română de Atletism) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Atletism.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare orală	50%
9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			

- Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui).
- Elaborarea, selectarea şi prezentarea unor sisteme operaţionale pe componentele lecţiilor de educaţie fizică şi sportive ale motricităţii umane.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Alina Elena

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
DEPARTAMENTUL TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 146, 200585,
tel: 0251-422743, fax: 0251-422743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Metodica predării fotbalului în școală				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.4. Anul de studiu	2	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					69
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					8
Alte activități.....					24
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Cunoștințe temeinice ale fotbalului de bază
4.2. de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice predării fotbalului Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice fotbalului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de specialitate: videoproiector, smart TV
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Echipamente, instalații și materiale specifice, necesare predării fotbalului

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: 1. Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: 1. Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. 2. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. 3. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: 1. Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. 2. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. 3. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. 4. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Valoarea formativă a jocului de fotbal. Probleme generale ale teoriei şi metodicii jocului de fotbal. Principii si metode folosite în educaţia fizică şcolară prin prisma teoriei curriculum-ului.	Faţă în faţă	Expunere, Prelegere, Dezbatere	2
2. Scopul şi obiectivele predării jocului de fotbal în învăţământul primar şi gimnazial. Metodica desfăşurării lecţiilor de educaţie fizică pe terenuri de dimensiuni reduse. Încălzirea specifică pentru lecţiile de fotbal.			2
3. Calităţile motrice specifice jocului de fotbal în lecţia de educaţie fizică.			2
4. Tehnica jocului de fotbal. Elementele de tehnică fără minge (mişcarea în teren).			2
5. Elementele de tehnică cu mingea. Elemente tehnice de transmitere a mingii – lovirea mingii cu piciorul, lovirea mingii cu capul şi aruncarea de la margine.			2
6. Elemente tehnice de intrare în posesie a mingii – preluarea mingii şi deposedarea adversarului de minge.			2
7. Elemente tehnice de păstrare a mingii – conducerea şi protejarea mingii, fentarea adversarului.			2
8. Elementele tehnice ale portarului.			2
9. Tactica jocului de fotbal. Faza ofensivă. Acţiunile tactice individuale în atac: demarcarea şi depăşirea individuală (driblingul).			2
10. Faza ofensivă. Acţiunile tactice colective în atac: pasa, un-doiul şi învăluirea. Combinaţii tactice la faze fixe.			2
11. Faza defensivă. Acţiunile tactice individuale în apărare: presiunea şi marcajul adversarului.			2
12. Faza defensivă. Acţiunile tactice colective în apărare: dublajul Aşezarea în teren la faze fixe defensive.			2
13. Sistemul de joc 1-1-2-1 şi 1-2-3-1.			2
14. Competiţiile sportive şi echipa reprezentativă şcolară.			2

Bibliografie:
1. Barbu, D. (2010). *Fotbal. Curs de bază pentru studenţi.* Craiova, Edit. Universitaria.
2. Barbu, D. (2009). *Fotbal. Pregătirea psihologică.* Craiova, Edit. Universitaria.
3. Barbu, D. (2008). *Tehnica jocului de fotbal.* Craiova, Edit. Universitaria.
4. Stoica D. (2005). *Fotbalul în şcoală.* Craiova, Edit. Universitaria.
5. Stoica D. (1999). *Fotbal. Tehnica Jocului.* Craiova, Ed. Sitech.
6. Barbu, D. (2012). *Teoria şi practica în fotbalul de înaltă performanţă.* Craiova, Edit. Universitaria şi Pro Universitaria.
7. Stoica, D., Barbu, D. (2014). *Aprofundare în ramura sportivă - Fotbal*, Craiova, Edit. Sitech.
8. Dragnea, A.; Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* Bucureşti, Edit. Fest.
9. Ionescu, I. (1995). *Fotbal*, Ed. Helicon.
10. Motroc, I., Motroc, FL. (1996). *Fotbalul la copii şi juniori.* Bucureşti, Edit. Didactică şi Pedagogică, RA.

7.2. Seminar/laborator	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Formarea capacităţii de organizare şi practicare a jocului de fotbal pe teren redus, predarea noţiunilor de regulament – organizarea echipelor.	Faţă în faţă	Explicaţia Demonstrare a Exersarea Feed-back	2
2. Structuri de exerciţii pentru realizarea încălzirii specifice pentru lecţiile de fotbal.	Faţă în faţă		2
3. Structuri de exerciţii pentru dezvoltarea calităţilor motrice în lecţia de educaţie fizică prin mijloace specifice jocului de fotbal. Deplasarea în teren (jocul fără minge).	Faţă în faţă		2
4. Structuri de exerciţii pentru deplasarea în teren (jocul fără minge) în jocul de fotbal.	Faţă în faţă		2
5. Structuri de exerciţii pentru învăţarea procedeelor tehnice de transmitere a mingii, toate procedeele;.	Faţă în faţă		2
6. Structuri de exerciţii pentru învăţarea procedeelor tehnice de intrare în posesia mingii, toate procedeele.	Faţă în faţă		2
7. Structuri de exerciţii pentru învăţarea procedeelor tehnice de păstrare a posesiei mingii, toate procedeele; structuri de exerciţii şi jocuri pentru învăţarea procedeelor	Faţă în faţă		2
8. Structuri de exerciţii pentru învăţarea procedeelor tehnice ale portarului.	Faţă în faţă		2
9. Structuri de exerciţii pentru învăţarea acţiunilor tactice individuale în atac: demarcarea şi depăşirea individuală (driblingul).	Faţă în faţă		2
10. Structuri de exerciţii pentru învăţarea acţiunilor tactice colective în atac: pasa, un-doiul şi învăluirea. Combinaţii tactice la faze fixe.	Faţă în faţă		2
11. Structuri de exerciţii pentru învăţarea acţiunilor tactice individuale în apărare: presiunea şi marcajul adversarului.	Faţă în faţă		2
12. Structuri de exerciţii pentru învăţarea acţiunilor tactice colective în apărare: dublajul. Aşezarea în teren la faze fixe defensive.	Faţă în faţă		2
13. Dispunerea pe teren şi jocul în sistemul de joc 1-1-2-1 şi 1-2-3-1.	Faţă în faţă		2
14. Testare practică	Faţă în faţă		2

Bibliografie:
1. Barbu, D. (2010). *Fotbal. Curs de bază pentru studenți.* Craiova, Edit. Universitaria.
2. Barbu, D. (2009). *Fotbal. Pregătirea psihologică.* Craiova, Edit. Universitaria.
3. Barbu, D. (2008). *Tehnica jocului de fotbal.* Craiova, Edit. Universitaria.
4. Stoica D. (2005). *Fotbalul în școală.* Craiova, Edit. Universitaria.
5. Stoica D. (1999). *Fotbal. Tehnica Jocului.* Craiova, Ed. Sitech.
6. Barbu, D. (2012). *Teoria și practica în fotbalul de înaltă performanță.* Craiova, Edit. Universitaria și Pro Universitaria.
7. Stoica, D., Barbu, D. (2014). *Aprofundare în ramura sportivă - Fotbal*, Craiova, Edit. Sitech.
8. Dragnea, A.; Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* București, Edit. Fest.
9. Ionescu, I. (1995). *Fotbal*, Ed. Helicon.
10. Motroc, I., Motroc, FL. (1996). *Fotbalul la copii și juniori.* București, Edit. Didactică și Pedagogică

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de fotbal la orice nivel de instruire, corespunzător cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR și EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	C: Participare activă la cursuri	Examen	60%
9.5. Seminar/laborator	L: Participare activă la lucrările practice	Testare practică	40%
9.6. Standard minim de performanță			
- Cunoașterea metodicii de învățare a mijloacelor jocului de fotbal cerute prin prisma teoriei și metodicii de predare; - Stăpânirea terminologiei specifice educației fizice și a jocului de fotbal; - Capacitate de demonstrare corectă a exercițiilor specifice jocului de fotbal evidențiate în cadrul testărilor periodice.			

Data completării:
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf. univ. dr. Barbu Dumitru
Semnătura titularului

.....

Data avizării în departament:
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ. dr. Nanu Costin Marian
Semnătura directorului de departament,

.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN ȘCOALĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					18
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					4
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

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 (laptop, videoproiector, internet)
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de sport cu dotări specifice (teren de baschet, panou, mingi)

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică și descrie metodica de predare a baschetului în școală, regulamentul jocului și pregătirea echipei reprezentative școlare.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica și desfășura lecții eficiente de baschet și de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor și antrenamentelor. Planifică și desfășoară lecții interactive, demonstrează tehnicii de execuție a diferitelor procedee. Stabilește structura lecțiilor, demonstrează exerciții și corectează tehnica de execuție. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează abilitățile jucătorilor.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de baschet adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe și de a promova fair-play în competiții. Evaluează abilitățile elevilor și adaptează lecțiile de antrenament.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Metodica predării baschetului – priorități didactice. Precizări terminologice. Modalități de abordare a conținutului Programei Școlare în funcție de anul de instruire. Locul jocului de baschet în lecția de educație fizică. Prezentarea planului de lecție în care una din teme este alocată deprinderilor din jocul de baschet.	Față în față	Prelegerea, explicația, descrierea, conversația.	2
2. Baschetul în învățământul primar			2
3. Baschetul în învățământul gimnazial			2
4. Metodica învățării procedeelor tehnice specifice jocului de atac (poziția fundamentală, ținerea, prinderea și pasarea mingii de baschet, opririle, pivotarea).			4
5. Metodica învățării procedeelor tehnice specifice jocului de apărare (poziția fundamentală, lucru de brațe și de picioare, săriturile)			4
6. Traseul metodic al învățării tacticii individuale în atac și apărare			2
7. Metodica învățării sistemelor de joc în atac și apărare			2
8. Siguranța elevilor și prevenirea accidentărilor			2
9. Modalități de realizare a evaluării specifice. Jocul de baschet în sistemul de evaluare pentru învățământul gimnazial. Activitatea competițională a elevilor din ciclul gimnazial. Particularitățile pregătirii echipei reprezentative de baschet a școlii.			4
10. Particularitățile desfășurării procesului de orientare și selecție inițială în baschet. Particularitățile baschetului adaptat.			4
Bibliografie:			

Gheţu, R. (2016). *Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive-baschet*. Editura Sitech			
Ghiţescu, I., & Moanţă, A. (2008). *Bazele jocului de baschet*. Editura Matrix Rom			
FIBA. (2023). *Official Basketball Rules*. FIBA.			
Ministerul Educaţiei. (2017). *Programa şcolară pentru disciplina Educaţie fizică şi sport.*			
Spittle, M. (2021). *Motor Learning and Skill Acquisition*. Red Globe Press.			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice. Evaluarea nivelului iniţial al cunoştinţelor	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
2. Pregătirea, organizarea şi conducerea lecţiei în care una din teme este alocată deprinderilor din jocul de baschet. Locul temei din jocului de baschet în lecţia de educaţie fizică. Modalităţi de realizare a evaluării iniţiale în funcţie de anul de instruire.			2
3. Metodica învăţării procedeelor tehnice de atac - poziţia fundamentală, ţinerea, prinderea şi pasarea mingii de baschet, opririle, pivotarea, driblingul, pirueta, aruncările la coş(de pe loc, din deplasare, din săritură, schimbările de direcţie). Organizarea şi conducerea unei secvenţe de lecţie.			4
4. Metodica învăţării procedeelor tehnice de apărare - poziţia fundamentală, lucru de braţe şi de picioare, săriturile, schimbările de direcţie). Organizarea şi conducerea unei secvenţe de lecţie.			4
5. Metodica predării elementelor tacticii individuale ale jocului de atac			2
6. Metodica învăţării elementelor tacticii individuale ale jocului de apărare.			2
7. Traseul metodic al învăţării sistemelor de joc			2
8. Modalităţi de realizare a evaluării finale în funcţie de anul de instruire. Aplicaţii: selectarea / conceperea şi prezentarea instrumentelor de evaluare (structura tehnică şi jocul). Organizarea şi conducerea unei secvenţe de lecţie.			4
9. Organizarea şi conducerea competiţiilor şcolare. Aplicaţii practice: organizarea şi conducerea echipei; arbitrajul. Organizarea şi conducerea unei secvenţe de lecţie.			4
10. Verificare practico-metodică			2
Bibliografie:			
1. Gheţu, R. (2016). *Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive-baschet*., Editura Sitech			
2. Ghiţescu I., & Moanţă, A. (2008). *Bazele jocului de baschet*. Editura Matrix Rom			
3. FIBA. (2023). *Official Basketball Rules*. FIBA.			
4. Ministerul Educaţiei. (2022). *Programa şcolară pentru disciplina Educaţie fizică şi sport.*			
5. Spittle, M. (2021). *Motor Learning and Skill Acquisition*. Red Globe Press.			
6. Wissel, H. (2021). *Basketball: Steps to Success*. Human Kinetics.			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al jocului de baschet, în concordanţă cu cerinţele profesiei prevăzute în RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de	9.3. Pondere din

		evaluare	nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce secvențe de lecție cu temă din baschet. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen scris). Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o secvență de lecție cu temă din baschet (evaluare practică).			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu Cosma

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ŞI PRACTICA ÎN RAMURI ALE GIMNASTICII – ARTISTICĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Badea Daniela				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					6
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Promovarea disciplinei Metodica predării gimnasticii în şcoală
4.2 de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea şi demonstrarea sistemelor operaţionale specifice domeniului şi predarii gimnasticii Conceperea şi prezentarea unor sisteme de mijloace specifice gimnasticii artistice

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală de gimnastică dotată cu aparate şi echipamente specifice: cal cu mânere, bârnă, paralele, inele, bară fixă, saltele, etc

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul explică şi înţelege tehnicile şi principiile gimnasticii artistice, regulile de competiţie, etc
Aptitudini (Abilităţi)	Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Execută exerciţii complexe şi creează programe individualizate în funcţie de nevoile şi caracteristicile individuale şi de grup.
Responsabilitate şi autonomie	Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor Are capacitatea de a evalua progresul participanţilor şi de a adapta programele de exerciţii. Dezvoltă un program personalizat şi evaluează progresului.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Contribuţii româneşti la dezvoltarea gimnasticii artistice internaţionale	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Tendinţe moderne de dezvoltare a gimnasticii artistice ca ramură sportivă de performanţă			2
Relaţia biunivocă dintre prevederile Codului de Punctaj şi conţinutul antrenamentului în gimnastica artistică			2
Conţinutul tehnic al gimnasticii artistice. Cerinţe de alcătuire a programelor de concurs			2
Conţinutul probei de sol			4
Conţinutul probei de sărituri			2
Conţinutul probelor de bârnă şi cal cu mânere			2
Conţinutul probelor de paralele inegale şi bară			2
Conţinutul probelor de inele şi paralele egale			2
Metodica de predare a elementelor specifice probei de sol şi sărituri			4
Organizarea concursurilor şi noţiuni de arbitraj			2
Programarea şi planificarea conţinutului gimnasticii artistice			2

Bibliografie:

Grigore, V. (2001). *Gimnastica artistică – bazele teoretice ale antrenamentului sportive.* Ed.Semne, Bucureşti

Orţănescu D. (2007). *Tehnica elementelor gimnice – fundamentări teoretice.* Ed. Universitaria, Craiova

Orţănescu D. (2008). *Gimnastica artistică – problematica antrenamentului şi orientări metodice.* Ed. Universitaria, Craiova

Nanu, M.C. (2022). *Gimnastica artistică*, Editura Universitaria, Craiova

FIG. (2025). *Cod de punctaj feminin şi masculin.* www.FIG

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea,	2
Tehnica şi metodica exerciţiilor la sol			4

Tehnica şi metodica săriturilor cu sprijin		observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la bârnă şi cal cu mânere			4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la paralele inegale şi bară			4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la inele şi paralele egale			4
Programe de pregătire fizică specifică			2
Consolidarea exerciţiilor integrale la aparate			2
Verificare practico-metodică			2
Bibliografie:			
Orţănescu, D. (2008). *Gimnastica artistică – problematica antrenamentului şi orientări metodice.* Ed. Universitaria, Craiova			
Orţănescu, D. (2007). *Tehnica elementelor gimnice – fundamentări teoretice.* Ed. Universitaria, Craiova			
FIG. (2025). *Cod de punctaj feminin şi masculin.* www.FIG			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al gimnasticii, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	80%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	20%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea mijloacelor gimnasticii artistice Stăpânirea terminologiei specifice gimnasticii artistice şi a prevederilor Codului de punctaj			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ȘI PRACTICA ÎN RAMURI ALE GIMNASTICII-RITMICĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Prof.univ.dr. Germina-Alina Cosma				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Badea Daniela				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					13
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					9
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități.....					5
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	•
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	•

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Studentul/Absolventul explică și înțelege tehnicile și principiile fiecărei ramuri de gimnastică, reguli de competiție
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Execută exerciții complexe și creează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Planifică și gestionează lecțiile asigurând buna desfășurare. Are capacitatea de a evalua progresul participanților și de a adapta programele de exerciții. Dezvoltă un program personalizat și evaluează progresului.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Aspecte evolutive ale gimnasticii ritmice ca disciplină sportivă estetică. Definiţie, particularităţi, sarcinile, ramurile gimnasticii ritmice.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
2. Acompaniamentul muzical. Noţiuni generale de teorie muzicală.			2
3. Bazele teoretice şi metodice ale educării esteticii mişcării			2
4. Caracterizarea generală a actului motric în GR. Conţinutul motric specific gimnasticii ritmice: variante de paşi ritmici şi de dans, dezechilibrările, balansările, valurile.			4
5. Caracterizarea generală a actului motric în GR. Conţinutul motric specific gimnasticii ritmice: elemente de echilibru.			2
6. Conţinutul motric specific gimnasticii ritmice: şcoala turaţiilor.			2
7. Conţinutul motric specific gimnasticii ritmice: şcoala săltărilor şi a săriturilor.			2
8. Componentele pregătirii artistice şi a expresivităţii motrice. Exerciţii de postură cu sprijin la bara de perete.			4
9. Bazele tehnice şi metodica învăţării a principalelor tipuri de acţiuni cu obiectele competiţionale şi necompetiţionale.			2

Descrierea obiectelor portative si specificul lor de acţionare: cerc şi minge.			
10. Descrierea obiectelor portative si specificul lor de acţionare: coardă, măciuci, panglică.			2
11. Descrierea obiectelor portative si specificul lor de acţionare: panglică, obiecte necompetiţionale			2
12. Gimnastica ritmică în programa şcolară.			2
Bibliografie:			
1. Cosma, G. (2020). *Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii – ritmică*. Editura Universitaria. Craiova			
2. Cosma G., Nanu M., (2015). *Căi și mijloace de predare a gimnasticii la clasele I-IV*, Editura Sitech, Craiova			
3. Campeanu M. (2004). *Gimnastică ritmica – curs de baza – editia a II-a*, revazuta si adaugita, FEFS Cluj-Napoca			
4. Jeleascov, C. (2008). *Gimnastica ritmică de bază*, Editura Fundația România de Mâine, București			
5. Macovei S. (2007). *Manual de gimnastică ritmică*, Editura Bren, București			
6. Orţănescu D. (2008). *Gimnastica- componentă a educației fizice școlare*, Editura Universitaria Craiova			

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Jocuri şi teme ritmice.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
2. Educarea tinutei artistice prin elemente din dansul clasic.			2
3. Metodica predării paşilor specifici şi nespecifici gimnasticii ritmice			2
4. Metodica învăţării acţiunilor conduse- la nivelul trenului superior, inferior şi trunchiului			2
5. Metodica predării elementelor executate din inerţie - dezechilibrări, balansări, valuri			2
6. Metodica învăţarii elementelor de suplețe. Metodica învăţării elementelor de echilibru (poziţii de echilibru – passe, attitude, arabesque).			2
7. Metodica învăţării turaţiilor (întoarceri, piruete).			2
8. Metodica învăţării săltărilor şi săriturilor.			2
9. Metodica de acţionare a obiectelor portative (cerc, minge) şi a celor necompetiţionale.			2
10. Metodica de acţionare a obiectelor portative (panglică, coardă, măciuci).			2
11. Legări de elemente corporale cu acţiunea obiectelor portative.			2
12. Realizarea de coregrafii cu elemente impuse pe diferite nivele de pregătire.			2
13.Verificarea cunoştinţelor practico-metodice. Abilităţi de alcătuire a unor sisteme de			4

acționare adaptate în concordanță cu obiectivele urmărite.			

Bibliografie:

1. Cosma, G. (2020). *Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii – ritmică.* Editura Universitaria. Craiova.
2. Cosma G., Nanu M., (2015). *Căi și mijloace de predare a gimnasticii la clasele I-IV*, Editura Sitech, Craiova
3. Campeanu M. (2004). *Gimnastică ritmica – curs de baza – editia a II-a*, revazuta si adaugita, FEFS Cluj-Napoca
4. Jeleascov, C. (2008). *Gimnastica ritmică de bază*, Editura Fundația România de Mâine, București
5. Macovei S. (2007). *Manual de gimnastică ritmică*, Editura Bren, București

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

Conținuturile disciplinei **Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii – ritmică** sunt corelate cu cerințele actuale ale comunității epistemice din domeniul Educației Fizice și Sportului, cu standardele promovate de federațiile și asociațiile profesionale de profil, precum și cu așteptările angajatorilor din sistemul educațional și sportiv. Disciplina contribuie la formarea competențelor teoretice, practice și metodice necesare viitorilor profesori de educație fizică, antrenori și instructori, în vederea proiectării, organizării și conducerii activităților specifice gimnasticii ritmice în contexte educaționale, recreative și de performanță.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Înțelegerea conceptelor de bază, participarea la discuții	examen scris	60%
9.5. Seminar/laborator	Executarea tehnică adecvată a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și Participare activă și implicare în activitățile practice.	evaluare practică; observație sistematică.	40%
9.6. Standard minim de performanță			
Obținerea notei 5 prin acumularea a minimum 50% din punctaj, demonstrând cunoașterea noțiunilor esențiale și capacitatea de aplicare practică a elementelor gimnasticii de bază.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof.univ.dr. Germina-Alina Cosma

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ.dr. Marian Costin Nanu

Semnătura directorului de departament,
.....

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Teoria și practica în sporturi de apă - înot				
2.2. Titularul activităților de curs			Lect. univ. dr. Lică Laurențiu				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator							
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	-
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					22
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					-
3.7. Total ore studiu individual					22
3.8. Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

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 dotată cu internet și calculator
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - înţelege principiile tehnice ale inotului, cunoaşterea echipamentului si instalatiilor .
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - Are abilitatea de a executa procedee specifice inotului şi de a le adapta la diferite condiţii
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: - Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea bazinelor de inot .

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Definirea notiunii de natatie. Ce se intelege prin natatie.	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
Principii fizice aplicate corpului uman scufundat in apa. Initiere in practicarea inotului. Inotul sportiv. Ce intelegem prin procedeu de inot si stil de inot.			2
Tehnica procedeului de inot craul. Metodica de predare a stilului craul			6
Tehnica procedeului spate. Metodica de predare a stilului spate			6
Tehnica procedeului bras. Metodica de predare a stilului bras			6
Tehnica procedeului fluture. Metodica de predare a stilului fluture			6
Tehnici de salvare de la înec			1

Bibliografie:

Biltac, Gh., (2010). Natație sportivă, Editura Universitaria, Craiova.
Marinescu, Gh. (1994). Natație – note de curs pentru colegiu, Editura A.N.E.F.S., Bucureşti
Manual metodic de înot. (1994).Editura F.R.N., Bucureşti.
Jivan, I. (1990). Îndrumar metodic de înot, Editura I.E.F.S., Bucureşti

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării înotului în învăţământul primar şi gimnazial, corespunzătoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF. Conţinutul este coroborat şi cu aşteptările asociaţiilor profesionale şi angajatorilor cu preocupări ce vizează educaţia fizică şi sportul.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	100%
9.5. Activităţi aplicative			

9.6. Standard minim de performanţă
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Lică Laurenţiu

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			**Aplicații practice disciplinei sportive de apă - înot**				
2.2. Titularul activităţilor de curs							
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect. univ. dr. Lică Laurențiu				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	V	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs		3.3. seminar/laborator	3
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs		3.6. seminar/laborator	42
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					8
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					6
Tutoriat					
Examinări					
Alte activităţi					2
3.7. Total ore studiu individual					
3.8. Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competenţe	-

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Bazin de înot

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE ÎNVĂŢĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - înţelege principiile tehnice ale inotului, cunoaşterea echipamentului si instalatiilor .
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - Are abilitatea de a executa procedee specifice inotului şi de a le adapta la diferite condiţii
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: - Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea bazinelor de inot .

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Cerinţele disciplinei pentru desfăşurarea activităţii practice. Măsuri de asigurare şi autoasigurare	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Acomodarea cu apa. Exerciţii de respiraţie acvatică			2
Exerciţii pentru mişcarea picioarelor şi de plutire şi alunecare			2
Procedee speciale de înot călcarea apei, variante ale înotului pe o parte, înot pe spate cu vâsliri simultane, bras pe spate			2
Exerciţii pentru învăţarea stilului craul			8
Exerciţii pentru învăţarea stilului bras			8
Exerciţii pentru învăţarea stilului spate			8
Exerciţii pentru învăţarea stilului fluture			8
Exerciţii pentru salvare de la înec			2

Bibliografie:

Biltac, Gh., (2010). Nataţie sportivă, Editura Universitaria, Craiova.
Marinescu, Gh. (1994). Nataţie – note de curs pentru colegiu, Editura A.N.E.F.S., Bucureşti
Manual metodic de înot. (1994).Editura F.R.N., Bucureşti.
Jivan, I. (1990). Îndrumar metodic de înot, Editura I.E.F.S., Bucureşti

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării înotului în învăţământul primar şi gimnazial, corespunzătoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF. Conţinutul este coroborat şi cu aşteptările asociaţiilor profesionale şi angajatorilor cu preocupări ce vizează educaţia fizică şi sportul, respective practicarea înotului.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs			
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	100%

9.6. Standard minim de performanţă
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei Selectarea şi adaptarea corectă a mijloacelor specifice aplicații practice disciplinei sportive de apă – înot în programele de lucru.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Lică Laurențiu

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			MANAGEMENT APLICAT ÎN SSEF				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					1
3.7. Total ore studiu individual					**33**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu echipamente multimedia și acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de seminar adecvată desfășurării activităților interactive și lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice și resurse educaționale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Explică conceptele fundamentale de management, organizare şi conducere în domeniul sportiv.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a analiza şi discuta problemele sociologice relevante în sport şi educaţie fizică
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a lua decizii eficiente şi de a coordona echipe în activităţi sportive şi educaţionale

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Evoluţia gândirii manageriale	faţă în faţă	prelegere	1
2. Procesele şi relaţiile de management			1
3. Abordarea sistemică a procesului de management			1
4. Funcţiile procesului de management: Previziunea			1
5. Funcţiile procesului de management: Organizarea			1
6. Funcţiile procesului de management: Coordonarea			1
7. Funcţiile procesului de management: Antrenarea			1
8. Funcţiile procesului de management: Control-evaluarea			1
9. Modele de analiză a managementului			1
10. Organizarea structurală			1
11. Procesul decizional			1
12. Metode generale de management. Metode de management bazate pe tehnologia informaţiei şi comnicării			1
13. Tehnici de management			1
14. Managerii organizaţilor sportive			1

Bibliografie:

1. Barbu, M.C.R., & Diaconescu, D.L. (2018). Talent management in sport organizations. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 31(1),*62-65.
2. Barbu, M.C.R., & Barbu, C.M. (2011). The management of a public funded sport club in times of crisis - a case study at CSM Craiova. *Journal of Physical Education and Sport, 11(4)*, 455 - 460.
3. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţii sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M. (2005). *Elemente de management şi marketing în sport – Manual pentru studenţii masteranzi în specializarea Sport şi Management în Sport*. Craiova, Editura MJM.

5. Constantinescu, D., Ogarcă, R., Bocean, C., Barbu, M., & Băloi, C. (2008). *Management – Funcţii. Structuri. Procese.* Craiova, Editura Universitaria.
6. Hoffmann, A. (2004). *Resursele umane în activitatea de educaţie fizică şi sport*. Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
7. Lador, I.I., & Mihăilescu. N. (2008). *Concepte specifice managementului modern în organizaţiile sportive*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
8. Mangra, G.I. (2004). *Managementul sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
9. Mihăilescu, N. (2008). *Management în sportul competiţional*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
10. Wakefield, K. (2007). *Team Sports Management*. Boston, Butterworth-Heinemann.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Factorii care au determinat şi determină dezvoltarea teoriilor de management; Precursorii teoriei managementului şi pionierii managementului timpuriu; Teoria managementului classic; Teoria managementului comportamental; Teoria managementului cantitativ; Teoria managementului integrat; Teoria managementului contemporan.	faţă în faţă	Seminar interactiv, bazat pe aplicaţii practice şi lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfăşoară prin realizarea de aplicaţii practice, în concordanţă cu tematica fiecărui seminar. Studenţii sunt organizaţi în grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicaţii spre rezolvare. La finalul fiecărei activităţi, rezultatele obţinute de grupuri sunt analizate şi discutate în plen.	2
2. Managementul şi leadership-ul; Procesele şi relaţiile de management; Funcţiile procesului de management.			8
3. Componentele organizării structurale; Factorii de contingenţă ai organizării structurale; Structura organizatorică a întreprinderii; Procesul de delegare a autorităţii; Elementul uman în structura organizatorică.			4
4. Structura simplă; birocraţia mecanicistă; Birocraţia profesională; Structura divizională; Adhocraţia; Organizaţia misionară.			2
5. Sistemul informaţional; Metodologia de elaborare şi perfecţionare a sistemului informaţional managerial; Tabloul de bord; Comunicarea managerială.			4
6. Decizia şi elementele sale; Informaţia şi decizia; Managerii ca decidenţi; Tipuri de decizii; Structura procesului decizional; Metode şi modele de optimizare a deciziilor; Elaborarea deciziilor de grup.			4
7. Metode generale de management; Metode de management bazate pe Tehnologia Informaţiei şi Comunicării; Tehnici de management.			4

Bibliografie:

1. Barbu, M.C.R., & Diaconescu, D.L. (2018). Talent management in sport organizations. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 31(1),*62-65.
2. Barbu, M.C.R., & Barbu, C.M. (2011). The management of a public funded sport club in times of crisis - a case study at CSM Craiova. *Journal of Physical Education and Sport, 11(4)*, 455 - 460.
3. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţii sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M. (2005). *Elemente de management şi marketing în sport – Manual pentru studenţii masteranzi în specializarea Sport şi Management în Sport*. Craiova, Editura MJM.
5. Constantinescu, D., Ogarcă, R., Bocean, C., Barbu, M., & Băloi, C. (2008). *Management – Funcţii. Structuri. Procese.* Craiova, Editura Universitaria.
6. Hoffmann, A. (2004). *Resursele umane în activitatea de educaţie fizică şi sport*. Bucureşti, Editura

Fundaţiei România de Mâine.
7. Lador, I.I., & Mihăilescu. N. (2008). *Concepte specifice managementului modern în organizaţiile sportive*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
8. Mangra, G.I. (2004). *Managementul sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
9. Mihăilescu, N. (2008). *Management în sportul competiţional*. Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
10. Wakefield, K. (2007). *Team Sports Management*. Boston, Butterworth-Heinemann.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina susţine formarea competenţelor de management necesare desfăşurării activităţilor de educaţie fizică şi sport în învăţământul preuniversitar şi în alte structuri sportive, răspunzând aşteptărilor comunităţii academice şi ale angajatorilor din domeniu, în conformitate cu RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%
9.5. Seminar/ laborator	Aplicarea corectă a exerciţiilor specifice; Capacitatea de analiză şi corectare a greşelilor; Participare activă şi implicare în activităţile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar în următoarele condiţii: • fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1; • eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală şi se stabileşte printr-o notă la seminar (Nes), după relaţia: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Obţinerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoştinţe în domeniul managementului aplicat în educaţie fizică şi sport, care să-i permită studentului *„înţelegerea funcţiilor proceselor de management, identificarea principalelor metode şi tehnici de management şi a contextului de întrebuinţare a lor”*, precum şi *„dezvoltarea abilităţilor de comunicare, decizionale, gândire, critică, lucru în echipă”*.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMANIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA SI PRACTICA IN RAMURI SPORTIVE - TENIS				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr. Dumitru Roxana				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr. Dumitru Roxana				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 1.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					12
Tutoriat					
Examinări					2
Alte activităţi.....					2
3.7. Total ore studiu individual					**33**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală trasata cu teren tenis, rachete tenis, mingi

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Definește și clasifică diferitele tipuri de lovituri in tenis ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării jocului de tenis.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Identifică forma și conținutul exercițiului fizic. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Istoria tenisului in lume si in Romania, introducere in jocul de tenis	față în față	prelegere	1
2. Aspecte practice privind procedeele de baza ale deplasarii in teren			1
3 Lovitura de dreapta si de stanga de pe loc si din deplasare, procedee de baza in jocul de tenis			1
4. Importanţa şi caracteristicile tenisului obiectivele şi sarcinile sale			1
5 Serviciul in tenis			1
6. Voleul de dreapta si rever			1
7.Tactica de baza, faze de joc alternativ si momente componente,schimbul de lovituri pregatitoare			1
8.Tactica de baza, faze de joc fix si momentele lor: serviciul si returul de servici			1
9. Fazele de joc alternativ si momentele componente ale meciului de tenis			1
10.Joc de simplu, fazele disputarii punctului in joc			1
11. Schimbul de lovituri pregatitoare pentru loviturile in lung de linie si diagonala			1
12. Loviturile decisive in tenis:smeciul si lovitura scurta-taiata			1
13. Jocul de dublu, notiuni de baza			2

Bibliografie:

1. Dobosi, S., & Baciu A. (2000). *Caiet de lucrari practico-metodice.* Cluj-Napoca
2. Baciu, A. (2008). *Antrenamentul în tenisul de câmp*. Ed. Napoca Star. Cluj Napoca
3. Baciu, A. (2008). *Orientare și inițiere.* Cluj-Napoca
4. Bollettieri, N. (2021). *Manual de tenis*. Editura Pilot Books, București
5. Scholl, P. (2014). *Să jucăm correct tenis.* Editura Casa, Oradea

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Continutul si caracteristicile de baza ale jocului de tenis			2

2. Lovitura de dreapta si rever de pe loc, notiuni de bază	față în față	explicația demonstrația	4
3. Aspecte practice privind efectele si saritura mingi in functie de factorii de eficienta			2
4.Aspecte practice privind procedeele de baza ale deplasarii in teren			2
5.Lovitura de dreapta si rever din deplasare			2
6.Serviciul cu efect			2
7.Consolidarea procedeelor tehnice de baza in conditii izolate de joc			2
8. Voleul de dreapta si rever, demivoleul			2
9. Smeciul si lovitura scurta (stopul			2
10.Jocul de simplu, structura si impartirea jocului pe setui,fazele disputarii punctului in joc			2
11. Jocul de dublu, notiuni de baza			2
12. Verificare practico-metodică			4

Bibliografie:

1. Dobosi, S., & Baciu A. (2000). *Caiet de lucrari practico-metodice.* Cluj-Napoca
2. Baciu, A. (2008). *Antrenamentul în tenisul de câmp*. Ed. Napoca Star, Cluj Napoca
3. Baciu, A. (2008). *Orientare și inițiere.* Cluj-Napoca

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al tenisului, corespunzatoare cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	examen	70%
9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și corectare a greșelilor; Participare activă și implicare în activitățile practice.	evaluare practică; observație sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoasterea si insusirea procedeelor metodice si a mijloacelor de realizare a obiectivelor stabilite pentru invatarea tenisului. Stăpânirea terminologiei specifice tenisului și implicit a celei specifice domeniului revăzută în caietul de studiu individual ce include teme periodice creative			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Dumitru Roxana

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Prof. Univ. Dr. Dragomir Marian						
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator	Prof. Univ. Dr. Dragomir Marian						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					21
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					6
3.7. Total ore studiu individual					69
3.8. Total ore pe semestru					125

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competenţe	-

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu internet și calculator
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu internet și calculator

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică principiile adaptării activităţilor fizice în funcţie de nevoile diferitelor grupuri de persoane,
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Creează activităţi motrice adecvate diferitelor grupe de vârstă. Realizează testele de evaluare motrică, interpretează rezultatele şi stabileşte planuri de intervenţie. Creează şi implementează programe de activităţi fizice adaptate, evaluează progresul participanţilor.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Evaluează evoluţia motrică a elevilor şi adaptarea activităţilor în funcţie de abilităţile lor. Are capacitatea de a proiecta un program de evaluare personalizat şi de a urmări progresul individual al participanţilor. Dezvoltă un cadru de instruire pentru participanţi şi asigură un mediu de învăţare sigur şi motivant.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Aspecte privind bazele teoretice şi practice ale măsurării şi evaluării în educaţie fizică şi sport.	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	4
Măsurarea în educaţie fizică şi sport: precizări terminologice şi definiţii ale măsurării; elementele componente ale unei operaţii de măsurare; funcţiile măsurării în procesul cunoaşterii; tipuri de măsurare; scale de măsurare; cunatificarea şi măsurarea; instrumente de măsurare; rezultatele măsurării.			4
Testul - instrument de măsurare şi evaluare.			4
Evaluarea în educaţie fizică şi sport: fundamentele teoretice ale evaluării: aspecte evolutive ale evaluării, definiţii ale conceptului de evaluare; tipuri de evaluare; funcţiile evaluării.			4
Sfera relaţiilor evaluării în educaţie fizică şi sport: relaţia între evaluare şi obiective în educaţie fizică şi sport; relaţia dintre măsurarea - apreciere - evaluare.			4
Evaluarea în educaţia fizică şcolară: particularităţile evaluării în educaţie fizică în general şi în eduacţia fizică şcolară în special; obiectul evaluării în educaţia fizică şcolară; analiza sistemelor de evaluare folosite în ultima perioadă în educaţia fizică şcolară.			4
Evaluarea în sport evaluarea în antrenamentul sportiv; caracteristicile evaluării şi rolul ei în dirijarea antrenamentului sportiv; tipuri de evaluare în antrenamentul sportiv; evaluare în şi prin competiţie.			4
Bibliografie:			
Carstea, Gh. (2000). Teoria si metodica educatiei fizice si sportului, pentru examenele de definitivat si gradul didactic II, Bucuresti			

Niculescu, I.I. (2006). Evaluare motrica si somato-functionala, Ed. Universitaria, Craiova Stanescu , M. (2202).Educatia fizica pentru prescolari si scolari mici, Bucuresti, Ed. Semne Tudor, V. (2001). Evaluarea in educatia fizica scolara, Bucuresti, Ed. Printech			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Aspecte privind bazele teoretice şi practice ale măsurării şi evaluării în educaţie fizică şi sport.	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	4
Măsurarea în educaţie fizică şi sport: precizări terminologice şi definiţii ale măsurării; elementele componente ale unei operaţii de măsurare; funcţiile măsurării în procesul cunoaşterii; tipuri de măsurare; scale de măsurare; cunatificarea şi măsurarea; instrumente de măsurare; rezultatele măsurării.			4
Testul - instrument de măsurare şi evaluare.			4
Evaluarea în educaţie fizică şi sport: fundamentele teoretice ale evaluării: aspecte evolutive ale evaluării, definiţii ale conceptului de evaluare; tipuri de evaluare; funcţiile evaluării.			4
Sfera relaţiilor evaluării în educaţie fizică şi sport: relaţia între evaluare şi obiective în educaţie fizică şi sport; relaţia dintre măsurarea - apreciere - evaluare.			4
Evaluarea în educaţia fizică şcolară: particularităţile evaluării în educaţie fizică în general şi în eduacţia fizică şcolară în special; obiectul evaluării în educaţia fizică şcolară; analiza sistemelor de evaluare folosite în ultima perioadă în educaţia fizică şcolară.			4
Evaluarea în sport - evaluarea în antrenamentul sportiv; caracteristicile evaluării şi rolul ei în dirijarea antrenamentului sportiv; tipuri de evaluare în antrenamentul sportiv; evaluare în şi prin competiţie.			4
Bibliografie:			
Carstea, Gh. (2000). Teoria si metodica educatiei fizice si sportului, pentru examenele de definitivat si gradul didactic II, Bucuresti Niculescu, I.I. (2006). Evaluare motrica si somato-functionala, Ed. Universitaria, Craiova Stanescu , M. (2202).Educatia fizica pentru prescolari si scolari mici, Bucuresti, Ed. Semne Tudor, V. (2001). Evaluarea in educatia fizica scolara, Bucuresti, Ed. Printech			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice evaluării conţinutului educaţiei fizice în învăţământul primar şi gimnazial corespunzătoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei reflectată prin răspuns corect, în			

proporţie de 50%, la elaborarea referatului
Selectarea şi adaptarea corectă a mijloacelor specifice evaluării motrice și somato-funcționale în programele de lucru

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. Univ. Dr. Dragomir Marian

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
DEPARTAMENTUL TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 146, 200585,
tel: 0251-422743, fax: 0251-422743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			BAZELE GENERALE ALE ANTRENAMENTULUI SPORTIV				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Barbu Dumitru				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități: consultații, cercuri studențești etc.					24
3.7. Total ore studiu individual					**44**
3.8. Total ore pe semestru					**100**
3.9. Numărul de credite					**4**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Cunoștințe suficiente de Teorie și Metodică a Educației Fizice și Sportului cu aplicabilitate directă în antrenament.
4.2. de competențe	• Stăpânirea terminologiei specifice domeniului și a metodicii de predare a conținuturilor disciplinelor sportive prevăzute în programa școlară.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de calcul
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Sală dotată cu tehnică de calcul, echipamente, instalații și materiale specifice, necesare punerii în practică a direcțiilor de antrenare.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Analizează şi corelează cunoştinţele psihopedagogice în activităţile de formare şi de îmbunătăţire continuă a practicilor profesionale pentru domeniul ştiinţei sportului şi educaţiei fizice. Integrează normele de etică, de integritate academică şi de conduită profesională.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Aplică metode şi tehnici adecvate de investigare şi autoevaluare sistematică a practicilor din antrenamentul sportiv. Aplică metode ştiinţifice specifice ştiinţelor educaţiei în desfăşurarea unor cercetări empirice asupra problemelor educaţionale. Elaborează şi derulează proiecte de dezvoltare profesională prin aplicarea unor descoperiri din cercetarea în domeniul ştiinţei sportului şi educaţiei fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Combină abordări interogative şi reflexive privind practica antrenamentului sportiv şi angajarea în pregătirea profesională şi activitatea de formare continuă. Efectuează analize asupra propriilor practici didactice şi asupra feedback-ului primit, identificând ariile susceptibile de ameliorare. Afişează/Manifestă echilibru profesional şi capacitate de adaptare în diferite contexte, inclusiv în situaţii noi sau stresante, cu menţinerea autorităţii adecvate în relaţie cu persoanele/grupurile educaţionale.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Antrenamentul sportiv - proces psihopedagogic complex: definiţie şi caracteristici.	Faţă în faţă	Expunere, prelegere, dezbatere	2
2. Capacitatea de performanţă şi adaptarea în antrenamentul sportiv			2
3. Principiile, metodele şi mijloacele antrenamentului sportiv			2
4. Componentele antrenamentului sportiv – pregătirea tehnică			2
5. Componentele antrenamentului sportiv – pregătirea tactică			2
6. Dezvoltarea capacităţii de efort			2
7. Pregătirea psihologică pregătirea artistică			2
8. Teoria şi metodica dezvoltării calităţilor (aptitudinilor) motrice – Viteza			2
9. Teoria şi metodica dezvoltării calităţilor (aptitudinilor) motrice – Capacităţile coordinative			2
10. Teoria şi metodica dezvoltării calităţilor (aptitudinilor) motrice – Rezistenţa			2
11. Teoria şi metodica dezvoltării calităţilor (aptitudinilor) motrice – Forţa			2
12. Caracterul stadial al antrenamentului – Stadiul I Selecţia în sport			2
13. Forma sportivă şi periodizarea antrenamentului			2
14. Programarea, planificarea şi evaluarea în antrenamentul sportiv			2

Bibliografie:

1. Bompa, T. (2001). *Teoria şi metodologia antrenamentului sportiv.* Edit. Ex Ponto, Bucureşti.
2. Bompa, T., & Haff, G. (2014). *Teoria şi metodologia antrenamentului sportiv*. Edit. AD. Point, Bucureşti
3. Bota, C. (1993). *Fiziologia educaţiei fizice şi sportului. Aspecte generale.* Bucureşti
4. Colibaba-Evuleţ, D., & Bota, I. (1998). *Jocuri sportive. Teorie şi metodică.* Edit. Aldin, Bucureşti

5. Dragnea, A., & Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.*, Edit. Fest, Bucureşti.
6. Epuran, M., Holdevici, I., & Toniţa, F. (2001). *Psihologia sportului de performanţă.* Edit. FEST, Bucureşti.
7. Harre, D. (1973). *Teoria antrenamentului sportiv.* Edit. Stadion Bucureşti.
8. Manno, R. (1996). *Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv.* EPS, 1992, SDP, 371-374, Edit. Revue, Bucureşti.
9. Platonov, V.N. (2015). *Periodizarea antrenamentului sportiv*. Bucureşti, Edit. Discobolul.
10. Weineck, J. (1995). *Biologie du sport.* Bucureşti, Sportul de performanţă, I nr.365-366, II nr.367-369, MTS, CCPS

7.2. Seminar/laborator	**Modalitatea de desfăşurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Tendințe evolutive ale sportului şi procesului de instruire	Față în față	Explicația Demonstrarea Exersarea Feed-back	2
2. Factori favorizanți ai capacității de performanță			2
3. Adaptarea specifică la efort			2
4. Mijloacele antrenamentului sportiv şi competiționale			2
5. Particularitățile pregătirii tehnice şi tactice pe ramuri de sport			2
6. Mijloace anaerobe şi aerobe specifice unor sporturi			2
7. Particularitățile pregătirii psihice în sporturi individuale şi de echipă			2
8. Particularitățile periodizării pe ramuri de sport			2
9. Particularitățile programării şi planificării antrenamentului pe ramuri de sport			2
10. Pregătirea pentru competiție diferențiat pe ramuri de sport			2
11. Factori limitativi ai performanței sportive			2
12. Selecția primară pe ramuri de sport			2
13. Obiectivele antrenamentului la copii şi juniori			2
14. Mijloace de instruire a copiilor şi juniorilor			2

Bibliografie:
1. Bompa, T. (2001). *Teoria şi metodologia antrenamentului sportiv*, Edit. Ex Ponto, Bucureşti.
2. Bompa, T., & Haff, G. (2014). *Teoria şi metodologia antrenamentului sportiv*. Edit. AD. Point, Bucureşti
3. Bota, C. (1993). *Fiziologia educației fizice şi sportului. Aspecte generale*. Bucureşti
4. Colibaba-Evuleț, D., & Bota, I. (1998). *Jocuri sportive. Teorie şi metodică*. Edit. Aldin, Bucureşti
5. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului*. Edit. Fest, Bucureşti.
6. Epuran, M., Holdevici, I., & Toniţa, F. (2001). *Psihologia sportului de performanţă.* Edit. FEST, Bucureşti.
7. Harre, D. (1973). *Teoria antrenamentului sportiv*. Edit. Stadion Bucureşti.
8. Manno, R. (1996). *Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv*. EPS, 1992, SDP, 371-374, Edit. Revue, Bucureşti.
9. Platonov, V.N. (2015). *Periodizarea antrenamentului sportiv*. Bucureşti, Edit. Discobolul.
10. Weineck, J. (1995). *Biologie du sport*. Bucureşti, Sportul de performanţă, I nr.365-366, II nr.367-369, MTS, CCPS

8. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării antrenamentului sportiv pe discipline specifice şi a capacității de a fi antrenor pe domenii specifice specializării, la nivelul copiilor, juniorilor IV şi III, corespunzătoare cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR si EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	C: Nivel de cunoştinţe acumulate	Examen teoretic scris	70%
9.5. Seminar/laborator	S: elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar	Notare realizată prin media notelor la fiecare componentă	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
- Obținerea numărului de credite în activitatea individuală. - Cunoașterea conținutului componentelor antrenamentului sportiv și a modului de punere în practică. - Cunoașterea conținutului și regulilor de realizare a metodologiei programării, planificării și evaluării în antrenamentul sportiv.			

Data completării:
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf. univ. dr. Barbu Dumitru
Semnătura titularului

.....

Data avizării în departament:
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ. dr. Nanu Costin Marian
Semnătura directorului de departament,

.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODE DE CERCETARE				
2.2. Titularul activităților de curs			Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de 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/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					
Examinări					3
Alte activități.....					
3.7. Total ore studiu individual					**33**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	-
4.2. de competențe	-

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• sală dotată cu tablă, sistem de videoproiecţie şi calculator; • conexiune Internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• sală dotată cu tablă, sistem de videoproiecţie şi calculator; • conexiune Internet.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Explică modul de utilizare a diferitelor soft-uri în analiza performanţelor sportive, gestionarea datelor şi dezvoltarea programelor de antrenament; Cunoaşte structura şi cerinţele unei lucrări de licenţă, inclusiv cercetarea şi analiza literaturii de specialitate; Descrie şi explică metodele de cercetare cantitativă şi calitativă aplicate în sport şi educaţia fizică.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a utiliza software specializat pentru analiza statistică, evaluarea performanţei şi managementul echipelor sportive; Are capacitatea de a realiza cercetări independente, de a redacta şi organiza o lucrare de licenţă, şi de a prezenta rezultate clar şi concis; Are abilitatea de a formula întrebări de cercetare, de a selecta metode adecvate şi de a colecta şi analiza datele.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Gestionează integrarea acestor aplicaţii în activităţile de învăţare şi dezvoltare personală în domeniul sportului; Gestionează timpul şi resursele pentru finalizarea lucrării, dezvoltarea unei viziuni critice asupra subiectului ales; Stabileşte şi concepe propriile studii de cercetare în domeniul sportului, respectând etica şi integritatea academică.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Conceptul de cercetare în educaţie fizică şi sportivă. Noţiuni de bază.	faţă în faţă	prelegere	2
2. Documentarea în cercetarea ştiinţifică.			2
3. Observaţia.			2
4. Experimentul.			4
5. Ancheta prin chestionar.			4
6. Ancheta prin interviu.			2
7. Studiul de caz.			2
8. Analiza statistică a datelor.			6
9. Redactarea şi susţinerea publică a lucrărilor ştiinţifice.			4

Bibliografie:

1. Chelcea, S. (2007). *Metodologia cercetării sociologice. Metode cantitative şi calitative*. Editura Economică.
2. Cernăianu, S. (2023). *Metode, tehnici şi instrumente de cercetare. Aplicaţii în ştiinţa sportului şi educaţiei fizice*. Universitaria.
3. Epuran, M., & Vâjială, G. (2008). *Metodologia cercetării în educaţie fizică şi sport*. Editura Fundaţiei "România de Mâine".

4. Predoiu, A. (2020). *Metodologia cercetării ştiinţifice: Aplicaţii practice şi elemente de statistică neparametrică*. Discobolul.
5. Predoiu, A. (2022). *Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice. Curs pentru învățământ cu frecvență redusă.* Discobolul.
6. Rădulescu, M. (2011). *Metodologia cercetării ştiinţifice. Elaborarea lucrărilor de licenţă, masterat, doctorat.* Editura Didactică şi Pedagogică.
7. Şerbănescu, A. (2007). *Cum se scrie un text ştiinţific*. Polirom.
8. Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity*. Human Kinetics.
9. Vlăsceanu, L. (2013). *Introducere în metodologia cercetării sociologice*. Polirom.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Conceptul de cercetare în educaţie fizică şi sportivă. Noţiuni de bază.	faţă în faţă	explicaţia, conversaţia dezbaterea, dialogul, expunerea, demonstraţia, exemplificarea	1
2. Documentarea în cercetarea ştiinţifică.			1
3. Observaţia.			1
4. Experimentul.			1
5. Ancheta prin chestionar.			2
6. Ancheta prin interviu.			2
7. Studiul de caz.			2
8. Analiza statistică a datelor.			2
9. Redactarea şi susţinerea publică a lucrărilor ştiinţifice.			2

Bibliografie:

1. Chelcea, S. (2007). *Metodologia cercetării sociologice. Metode cantitative şi calitative*. Editura Economică.
2. Cernăianu, S. (2023). *Metode, tehnici și instrumente de cercetare. Aplicații în știința sportului și educației fizice.* Universitaria.
3. Epuran, M., & Vâjială, G. (2008). *Metodologia cercetării în educaţie fizică şi sport*. Editura Fundaţiei "România de Mâine".
4. Predoiu, A. (2020). *Metodologia cercetării ştiinţifice: Aplicaţii practice şi elemente de statistică neparametrică*. Discobolul.
5. Predoiu, A. (2022). *Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice. Curs pentru învățământ cu frecvență redusă.* Discobolul.
6. Rădulescu, M. (2011). *Metodologia cercetării ştiinţifice. Elaborarea lucrărilor de licenţă, masterat, doctorat.* Editura Didactică şi Pedagogică.
7. Şerbănescu, A. (2007). *Cum se scrie un text ştiinţific*. Polirom.
8. Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity*. Human Kinetics.
9. Vlăsceanu, L. (2013). *Introducere în metodologia cercetării sociologice*. Polirom.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul este corelat cu cel al cursurilor cu titluri similare, predate la universităţi europene de prestigiu. Conţinutul este coroborat cu aşteptările asociaţiilor profesionale şi angajatorilor cu preocupări ce vizează educaţia fizică şi sportivă.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	- asimilarea corectă a noțiunilor predate; - o înţelegere de ansamblu a importanţei disciplinei studiate şi a legăturii cu celalalte discipline; - coerenţa logică; - gradul de asimilare a limbajului de specialitate.	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	- însușirea noțiunilor, conceptelor, problematicii predate la curs și aplicarea acestora în practică;	Observarea curentă Eșantionarea activității – teme pentru acasă	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
- însuşirea corectă a noţiunilor teoretice de bază; aplicarea acestora în realizarea cercetării academice şi a lucrărilor ştiinţifice.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURI DE EXPRESIE – DANS SPORTIV				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					6
3.7. Total ore studiu individual					44
3.8. Total ore pe semestru					100
3.9. Numărul de credite					4

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 dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu sistem audio

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul înţelege stilurile de dans, tehnicile de bază şi a etichetele sociale.
Aptitudini (Abilităţi)	Execută coregrafii, adaptate la diferite ritmuri muzicale şi coordonează partenerului.
Responsabilitate şi autonomie	Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor Are capacitatea de a participa şi de a organiza competiţii sau evenimente de dans sportiv.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Curs introductiv: direcţii de cercetare, tematica, bibliografia	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Apariţia şi evoluţia dansului			2
Importanţa formării ţinutei scenice şi a gestului motric pentru redarea mesajului artistic			2
Mişcarea corporală în redarea mesajului artistic: poziţii, mişcări segmentare, mişcări corporale			4
Acompaniamentul muzical: şi noţiuni generală de teorie muzicală			2
Dansul sportiv- secţiunea standard (vals vienez, tango, vals lent)			6
Dansul sportiv – secţiunea latino (samba, cha-cha, jive)			6
Importanţa dansului în şcoală. Dansul în lecţia de educaţie fizică			4
Bibliografie:			
Vişan, A. (2005). *Dansul pentru educaţia corporală.* Cartea Universitară, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Introducere în dansurile standard.* Editura Ars Docendi, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Introducere în dansurile latino.* Editura Ars Docendi, Bucureşti			
Cosma, G., & Nanu, M.C. (2014). *Dans.* Editura Sitech, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Cerinţele cursului şi organizarea colectivului	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Structuri de exerciţii pe teme ritmice diferite			2
Elemente de ţinută şi execuţie artistică din baletul clasic			2
Dans sportiv – secţiunea standard – vals vienez, tango, vals lent			10
Dans sportiv – secţiunea latino – samba, cha-cha, jive			10
Evaluare			2
Bibliografie:			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Vals vienez.* Editura Ars Docendi, Bucureşti			

Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Tango.* Editura Ars Docendi, Bucureşti
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Vals lent.* Editura Ars Docendi, Bucureşti
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Cha-cha-cha.* Editura Ars Docendi, Bucureşti

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al dansului sportiv, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea mijloacelor specifice dansului sportiv şi a particularităţilor de predare ale acestora Stăpânirea terminologiei specifice dansului sportiv			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
CENTRUL UNIVERSITAR DROBETA TURNU SEVERIN
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE COMBAT JUDO, LUPTE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr Popa Marian Gabriel				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr Popa Marian Gabriel				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					15
Tutoriat					
Examinări					4
Alte activităţi.....					
3.7. Total ore studiu individual					**44**
3.8. Total ore pe semestru					**100**
3.9. Numărul de credite					**4**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul şi internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de judo dotată cu tatami şi costume de judo

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică regulamentul sporturilor de combat judo, lupte, tehnicile de bază, strategiile şi echipamentul utilizat.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul executa corect procedeele specifice din sporturile de combat judo, lupte, pentru a maximiza eficienţa pregătirii.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul:evaluează performanţa participanţilor şi face ajustări la programele de antrenament în funcţie de progresul şi feedback-ul primit..

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Repere istorice ale dezvoltării jodo-ului ca ramură sportivă Valenţe educative ale judo-ului.	faţă în faţă	prelegere	2
2.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a căderilor			4
3.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a poziţiilor de gardă			4
4.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a prizelor, dezechilibrărilor şi intrărilor			4
5.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a deplasărilor pe saltea			4
6.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a procedeelor din stând – procedee de picior, de şold, de umăr şi de sacrificiu			4
7.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a procedeelor la sol: tehnica de imobilizare, de strangulare, articulară. .			4
8.Noţiuni privind regulamentul de concurs			2

Bibliografie

1. Hantău, I. (1996). *Manual de judo.* EDP, Bucureşti
2. Cotelet, V., Popovici, V.I., & Hantău, I. (1990). *Istoricul şi tehnica judo-ului.* Ed. IEFS
3. Ţăpurin, D. (1996). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova
4. Ţăpurin, D. (2008). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Exerciţii speciale de cădere. învăţarea şi perfecţionarea procedeelor tehnice din Kyurile V-III.			2
KYUL V; NAGE-WAZA; DE-ASHI-BARDI; HIZA-GURUMA; SASAE-TSUKI-KOMI-ASHI; UKI-GOSHI; O-SOTO-GARI; O-GOSHI; O-UCHI-GARI; SEOI-NAGE.			2
NE-WAZA; KESA-GATAMA; GATA-			2

GATAME; KAMI-SHIHO-GATAME; KUSURE-KAMI-SHIHO-GATAME.	față în față	explicația demonstrația	
KYUL IV; NAGE-WAZA; KO-SOTO-GARI; KO-UCHI-GARI; KOSHI-GURUMA; TSURI-KOMI-GOSHI; OKURI-ASHI-BARAI; TAI-OTOSHI; HARAI-GOSHI; UCHI-MATA.			2
OSAEKOMI-WAZA; GYAKU-KESA-GATAME; YOKO-SHIHO-GATAME; MUNE-GATAME.			2
SHIME-WAZA; GYAKU-JUJI-JIME; KATA-JUJI-JIME.			2
KANSETSU-WAZA; UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME; UDE-GATAME; UDE-HISHIGI.			2
KYUL III; NAGE-WAZA; KO-SOTO-GAKE; TSURI-GOSHI; YOKO-OTOSHI; ASHI-GURUMA; HANE-GOSHI; KARAI-TSURI-KOMI-ASHI; TOMOE-NAGE; KATA-GURUMA.			2
OSAEKOMI-WAZA; TATE-SHIHO-GATAME; KUZURE-KESA-GATAME; KATA-OSAE-GATAME; SHIME-WAZA; YOKO-JUJI-JIME; USHIRO-JIME; OKURI-ERI-JIME; KATA-HA-JIME; HADAKA-JIME; TOMCE-JIME; ERI-JIME; KENSUI-JIME.			2
KANSETSU-WAZA; YOKO-JIZA-GATAME; KAMI-U-H-J-GATAME; UDE-HISHIGI-HENKA-WAZA.			2
Aplicații și pregătirea pentru trecerea probelor și normelor de control.			4
Aplicații în condiții de angajare regulamentară folosind procedeele tehnice și combinațiile tehnico-tactice învățate.			4

Bibliografie

1. Hantău, I. (1996). *Manual de judo.* EDP, București
2. Cotelet, V., Popovici, V.I., & Hantău, I. (1990). *Istoricul și tehnica judo-ului.* Ed. IEFS.
3. Țăpurin, D. (1996). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova
4. Țăpurin, D. (2008). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al sporturilor de combat, corespunzatoare cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Cunoașterea metodicii de predare a procedeelor specifice și a regulamentului de concurs	examen	70%

9.5. Seminar/laborator	Execuţia corectă a elementelor şi procedeelor tehnice pentru proba practică Punerea în practică în timpul luptei a elementelor şi procedeelor tehnice învăţate	evaluare practică; observaţie sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea şi aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative şi a structurilor de exerciţii specifice practicării judo-ului.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Popa Marian Gabriel

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	ORGANIZAREA COMPETIȚIILOR SPORTIVE						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan						
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator	Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan						
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învăţământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	14
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					15
Tutoriat					
Examinări					2
Alte activităţi.....					
3.7. Total ore studiu individual					**47**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală de curs dotată cu echipamente multimedia şi acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de seminar adecvată desfășurării activităților interactive și lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice și resurse educaționale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul clasifică și operează cu noțiuni referitoare la formele de organizare și resursele necesare practicării exercițiilor fizice în diferite medii educaționale, la tehnicile și mijloacele specifice managementului și la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educației fizice și sportului.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Caracterizează sistemul și formele de organizare a practicării exercițiilor fizice. Identifică resursele umane, materiale, financiare, informaționale necesare managementului activităților de educație fizică și sport. Identifică elemente legislative de reglementare a organizării și funcționării structurilor din sistemul de educație fizică și sport.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Ilustrează activitățile sportive dintr-un club, asociație sau instituție. Elaborează materiale educaționale despre beneficiile exercițiilor fizice și modalitățile eficiente de organizare a acestora. Utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Introducere în organizarea competițiilor sportive (Istoria dezvoltării competițiilor sportive; concepte de bază în organizarea competițiilor sportive)	față în față	prelegere	1
2. Introducere în organizarea competițiilor sportive (Diferite tipuri de competiții sportive și reguli specifice)			1
3. Planificarea și implementarea competițiilor sportive (Procesul de planificare a unei competiții sportive)			1
4. Planificarea și implementarea competițiilor sportive (Identificarea obiectivelor și a publicului țintă, asigurarea resurselor și a infrastructurii necesare)			1
5. Marketing și promovarea competițiilor sportive (Identificarea și evaluarea pieței pentru competiții sportive)			1
6. Marketing și promovarea competițiilor sportive (Promovarea competițiilor sportive pe diverse canale media, sponsori și partenere în organizarea competițiilor sportive)			1
7. Comunicarea și relațiile publice în cadrul competițiilor sportive (Importanța și beneficiile bunei comunicări în cadrul competițiilor sportive, gestionarea mediei și relațiilor cu presa)			1
8. Comunicarea și relațiile publice în cadrul competițiilor sportive (Gestionearea crizelor și a conflictelor r)			1
9. Aspecte de securitate și siguranță în timpul			1

competițiilor sportive (Evaluarea riscurilor de securitate și siguranță în cadrul competițiilor sportive)			
10. Aspecte de securitate și siguranță în timpul competițiilor sportive (Planificarea și implementarea măsurilor de securitate și siguranță, formarea și instruirea angajaților și voluntarilor)			1
11. Evaluarea și îmbunătățirea performanțelor în organizarea competițiilor sportive (Evaluarea eficienței organizării competițiilor sportive)			1
12. Evaluarea și îmbunătățirea performanțelor în organizarea competițiilor sportive (Identificarea problemelor și a oportunităților de îmbunătățire a performanțelor, îmbunătățiri în managementul și organizarea altor competiții sportive)			1
13. Reglementări în organizarea competițiilor sportive (Legislația și reglementările care se aplică organizării competițiilor sportive, standardele și principiile etice în organizarea competițiilor sportive)			1
14. Reglementări în organizarea competițiilor sportive (Responsabilitatea organizațiilor și individuale în cadrul competițiilor sportive)			1

Bibliografie

1. Barbu, M. (2011). *Organizarea şi conducerea structurilor sportive în România –ediţia aII-a revizuită şi adăugită*. Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţilor sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Barbu, M., & Stroe, C.A. (2008). *Organizarea şi conducerea structurilor sportive în România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M., & Stroe, C.A. (2007). *Elemente sociale, legislative şi structurale ale sportului în Europa.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Covell, D., Walker, S., Hess, P.W., & Siciliano, J. (2007). *Managing sports organizations. Responsibility for performance - 2nd edition*. London, Butterworth Heinemann Publisher.
6. Hoffmann, A. (2004). *Resursele umane în activitatea de educaţie fizică şi sport.* Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
7. Hoffman, A. (2004). *Structurile sportului.* Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
8. Mihăilescu, N. (2008). *Organizarea şi conducerea în structurile sportului.* Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
9. Stroe, C.A., & Barbu, M. (2006). *Impactul sportului asupra economiei.* Craiova, Editura Universitaria.
10. Taylor, T., Doherty, A., & McGraw, P. (2007). *Managing people in sport organizations, a strategic human resource management perspective*. London, Butterworth Heinemann Publisher.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Structurile sportive din România – clasificare (în funcţie de natura juridică) obiect de activitate, înfiinţare, înregistrare, organizare.	față în față	Seminar interactiv, bazat pe aplicații practice și lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfășoară prin realizarea de aplicații practice, în concordanță cu tematica fiecărui seminar. Studenții sunt organizați în	1
2. Structurilor administraţiei publice pentru sport – natura juridică, organizare,funcţionare, atribuţii, finanţare.			1
3. Structuri neguvernamentale pentru sport – natura juridică, organizare,funcţionare, atribuţii, finanţare.			1
4. Procesul managerial în structurile sportive			1
5. Atributele managementului structurilor			1

sportive		grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicații spre rezolvare. La finalul fiecărei activități, rezultatele obținute de grupuri sunt analizate și discutate în plen.	
6. Organizarea procesuală şi structurală a managementului structurilor sportive.			1
7. Configuraţiile organizării structurale.			1
8. Programarea activităţilor şi luarea deciziilor			1
9. Conducătorul şi echipa manageriala. Comunicarea.			1
10. Managementul calităţii totale în activitatea sportivă.			1
11. Planul de afaceri şi studiul de fezabilitate.			1
12. Cultura organizaţională şi schimbarea			1
13. Managementul structurilor internaţionale ale sportului.			1
14. Comunicarea rezultatelor evaluării pe parcurs a studenţilor.			1

Bibliografie

1. Barbu, M. (2011). *Organizarea şi conducerea structurilor sportive în România –ediţia aII-a revizuită şi adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
2. Barbu, M. (2009). *Managementul activităţilor sportive din România.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Barbu, M., & Stroe, C.A. (2008). *Organizarea şi conducerea structurilor sportive în România.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Barbu, M., & Stroe, C.A. (2007). *Elemente sociale, legislative şi structurale ale sportului în Europa.* Craiova, Editura Universitaria.
5. Covell, D., Walker, S., Hess, P.W., & Siciliano, J. (2007). *Managing sports organizations. Responsibility for performance - 2nd edition*. London, Butterworth Heinemann Publisher.
6. Hoffmann, A. (2004). *Resursele umane în activitatea de educaţie fizică şi sport.* Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
7. Hoffman, A. (2004). *Structurile sportului.* Bucureşti, Editura Fundaţiei România de Mâine.
8. Mihăilescu, N. (2008). *Organizarea şi conducerea în structurile sportului.* Piteşti, Editura Universităţii din Piteşti.
9. Stroe, C.A., & Barbu, M. (2006). *Impactul sportului asupra economiei.* Craiova, Editura Universitaria.
10. Taylor, T., Doherty, A., & McGraw, P. (2007). *Managing people in sport organizations, a strategic human resource management perspective*. London, Butterworth Heinemann Publisher.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conținutul său, disciplina contribuie la formarea competențelor de planificare, organizare și coordonare a competițiilor sportive, răspunzând așteptărilor comunității academice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor din domeniul sportului (cluburi sportive, federații, asociații și structuri organizatoare de competiții). Competențele dobândite sunt corelate cu cerințele prevăzute în RNCIS, COR și cadrul european al calificărilor (EQF).

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%
9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și corectare a greșelilor; Participare activă și implicare în activitățile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea şi susţinerea a două referate/eseuri şi participarea la activităţile de seminar în următoarele condiţii:	50%

		• fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1; • eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală şi se stabileşte printr-o notă la seminar (Nes), după relaţia: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	

9.6. Standard minim de performanţă
Obținerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoștințe privind principiile, etapele și regulile de bază ale organizării competițiilor sportive, care să permită studentului înțelegerea procesului competițional, identificarea principalelor structuri organizatoare, responsabilități și proceduri specifice, precum și capacitatea de analiză a situațiilor concrete întâlnite în desfășurarea competițiilor sportive.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			MARKETING ÎN EFS				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					1
3.7. Total ore studiu individual					**33**
3.8. Total ore pe semestru					**75**
3.9. Numărul de credite					**3**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	•
4.2. de competenţe	•

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu echipamente multimedia și acces la internet.
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de seminar adecvată desfășurării activităților interactive și lucrului pe grupuri, cu acces la materiale didactice și resurse educaționale specifice.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul clasifică şi operează cu noţiuni referitoare la formele de organizare şi resursele necesare practicării exerciţiilor fizice în diferite medii educaţionale, la tehnicile şi mijloacele specifice managementului şi la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educaţiei fizice şi sportului.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Caracterizează sistemul şi formele de organizare a practicării exerciţiilor fizice. Identifică resursele umane, materiale, financiare, informaţionale necesare managementului activităţilor de educaţie fizică şi sport. Identifică elemente legislative de reglementare a organizării şi funcţionării structurilor din sistemul de educaţie fizică şi sport.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Ilustrează activităţile sportive dintr-un club, asociaţie sau instituţie. Elaborează materiale educaţionale despre beneficiile exerciţiilor fizice şi modalităţile eficiente de organizare a acestora. Utilizează elemente de management organizaţional şi educaţional în activitatea profesională.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Conceptul şi domeniile de aplicare ale marketingului (Emergenţa marketingului, Noţiunea şi conceptele de bază, Limitele marketingului, Marketingul serviciilor, Marketingul internaţional, Marketingul organizaţiilor nelucrative)	faţă în faţă	prelegere	2
2. Studiul pieţei (Noţiunea de piaţă, Conţinutul studiilor de piaţă, Sursele de informaţii, Studiile calitative, Anchetele prin sondaj, Panelele, Comportamentul consumatorului)			2
3. Segmentarea pieţei (Concepţia generală despre segmentarea pieţei, Criteriile de segmentare a pieţei, Alegerea criteriilor de segmentare, Strategii de segmentare)			2
4. Politica de produs (Noţiunea de produs, Strategia de produs, Lansarea produselor noi, Produsele mature şi strategia de marketing, Gama de produse, Marca de produs, Condiţionarea produsului)			2
5. Politica de preţ (Natura şi importanţa preţului, Obiectivele politicii de pret, Limitări şi restricţii în materie de preţ, Determinarea preţurilor, Decizii privind preţurile)			2
6. Politica de distribuţie (Funcţiile distrubuţiei, Circuitele de distribuţie, Utilarea intermediarilor, Conflictele la nivelul circuitelor de distribuţie, Strategii de distribuţie, Metode de selecţie a circuitelor de distribuţie, Distribuţia directă, Merchandisingul, Marketingul direct)			2

7. Politica de comunicare (Elementele sistemului de comunicaţie, Relaţiile publice, Sponsorizarea, Publicitatea)			1
8. Politica forţei de vânzare în sport (Definire, rol şi obiective, Determinarea mărimii forţei de vânzare, Organizarea forţei de vânzare, Recrutarea, formarea profesională şi remunerarea forţei de vânzare)			1

Bibliografie

1. Balaure, V. (coord.) (2002). *Marketing.* Bucuresti, Editura Uranus.
2. Barbu, C. M. (2010). *Marketing international.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Barbu, M.C.R. (2010). *Marketing în sport.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Favorito, J. (2007) *Sport publicity.* Boston, Publisher Elsevier Butterworth-Heinemann.
5. Kotler, P. (2003). *A Framework for Marketing Management - 4th Edition.* New Jersey, Prentice Hall.
6. Kotler, P., Armstrong, G., & Saunders, J. (2000). *Principiile Marketingului.* Bucureşti, Editura Teora.
7. Lovelock, C., Wirtz, J., & Lapert, D. (2005). *Marketing des services.* Paris, Pearson Education.
8. Meghişan, Gh., & Nistorescu, T. (2008). *Bazele marketingului.* Craiova, Editura Sitech.
9. Nistorescu, T., Meghişan, Gh., & Crăciun, L. (2011). *Marketing.* Craiova, Editura Universitaria.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Conceptul şi domeniile de aplicae ale marketingului.	faţă în faţă	Seminar interactiv, bazat pe aplicaţii practice şi lucru pe grupuri. Activitatea de seminar se desfăşoară prin realizarea de aplicaţii practice, în concordanţă cu tematica fiecărui seminar. Studenţii sunt organizaţi în grupuri de lucru, fiind propuse mai multe variante de sarcini/aplicaţii spre rezolvare. La finalul fiecărei activităţi, rezultatele obţinute de grupuri sunt analizate şi discutate în plen.	4
2. Determinarea mărimii esantionului. Organizarea unei anchete de piaţă.			4
3. Eşantionarea prin metoda cotelor. Realizare unui chestionar.			4
4. Scalarea aprecierilor consumatorilor. Cota de piaţă. Cota relativă de piaţă.			4
5. Preţul şi rentabilitatea. Estimarea preţului psihologic.			4
6. Alegerea variantei optime de distribuţie.			4
7. Strategia de comunicare. Marca.			4

Bibliografie

1. Balaure, V. (coord.) (2002). *Marketing.* Bucuresti, Editura Uranus.
2. Barbu, C. M. (2010). *Marketing international.* Craiova, Editura Universitaria.
3. Barbu, M.C.R. (2010). *Marketing în sport.* Craiova, Editura Universitaria.
4. Favorito, J. (2007) *Sport publicity.* Boston, Publisher Elsevier Butterworth-Heinemann.
5. Kotler, P. (2003). *A Framework for Marketing Management - 4th Edition.* New Jersey, Prentice Hall.
6. Kotler, P., Armstrong, G., & Saunders, J. (2000). *Principiile Marketingului.* Bucureşti, Editura Teora.
7. Lovelock, C., Wirtz, J., & Lapert, D. (2005). *Marketing des services.* Paris, Pearson Education.
8. Meghişan, Gh., & Nistorescu, T. (2008). *Bazele marketingului.* Craiova, Editura Sitech.
9. Nistorescu, T., Meghişan, Gh., & Crăciun, L. (2011). *Marketing.* Craiova, Editura Universitaria.

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

Prin conținutul său, disciplina susține formarea competențelor de bază în domeniul marketingului aplicat în educația fizică și sport, necesare promovării, organizării și valorificării activităților și serviciilor sportive în învățământul preuniversitar și în alte structuri sportive. Disciplina răspunde așteptărilor comunității academice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor din domeniu, în conformitate cu cerințele prevăzute în RNCIS, COR și cadrul european al calificărilor (EQF).

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	participare activă la cursuri	Examen scris: test grilă	50%
9.5. Seminar/laborator	Aplicarea corectă a exercițiilor specifice; Capacitatea de analiză și corectare a greșelilor; Participare activă și implicare în activitățile practice.	***Evaluarea pe parcurs*** se realizează pe baza a trei componente: media notelor la elaborarea și susținerea a două referate/eseuri și participarea la activitățile de seminar în următoarele condiții: • fiecare componentă se apreciază cu o notă de la 10 la 1; • eseul / referatul are la bază tematica distribuită de conducătorul de seminar; • evaluarea pe parcurs se ia în calcul la nota finală și se stabilește printr-o notă la seminar (Nes), după relația: Nes = (Nr1 + Nr2 + Nps) / 3 în care: Nr1 – notă referat/eseu 1; Nr2 - notă referat/eseu 2; P – participarea la seminar.	50%
9.6. Standard minim de performanță			
Obținerea notei 5 certifică acumularea unui minim de cunoștințe în domeniul marketingului aplicat în educația fizică și sport, care să permită studentului înțelegerea conceptelor, funcțiilor și instrumentelor de bază ale marketingului, identificarea principalelor metode și tehnici de promovare și comunicare, precum și capacitatea de analiză și gândire critică în raport cu activitățile și serviciile sportive.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Barbu Mihai Constantin Răzvan
Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin
Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT – ATLETISM				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Alina Elena				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					9
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					12
Tutoriat					16
Examinări					2
Alte activități.....					20
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Promovarea disciplinei Teoria şi practica atletismului
4.2. de competențe	Cunoaşterea tehnicii de execuție a probelor din atletism Capacitatea de execuție a probelor din atletism Cunoaşterea regulamentului probelor din atletism

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Teren şi sală de atletism

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Probleme generale ale analizei biomecanice în probele de atletism	faţă în faţă	prelegere	2
2.Analiza tehnicii exerciţiilor de atletism (alergări pe plat, marş, ştafetă, alergare peste obstacole, săritura în lungime cu 2 şi ½ paşi în zbor, săritura în înălţime cu răsturnare dorsală, triplusalt, aruncarea greutăţii cu piruetă, aruncarea suliţei)			10
3.Proiectarea antrenamentului sportiv			2
4.Lecţia de antrenament sportiv – atletism.			4
5.Selecţia generală în atletism			2
6.Bazele generale ale antrenamentului atletic: metodica antrenamentului la copii şi juniori.			4
7.Efortul specific exerciţiilor din probele atletice			2
8.Organizarea competiţiilor sportive şcolare de atletism – cros, tertatlon atletic şcolar			2

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală.* Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic.* Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară.* Ed. Universitaria, Craiova.
5. Dragomir, M., & Albină A. (2006). *Atletism în şcoală.* Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri.* Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari.* Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice.* Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir, M., Albina, A., & Albina, C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism,*

Reprografia Universităţii din Craiova.			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Învăţarea tehnicii marşului	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	2
2.Consolidarea şi perfecţionarea alergării de ştafetă			2
3.Consolidarea şi perfecţionarea alergării pe plat			2
4.Consolidarea tehnicii alergării peste obstacole			2
5.Învăţarea tehnicii şi metodicii săriturii în lungime cu 2 şi ½ paşi în aer			4
6.Învăţarea tehnicii săriturii în înălţime cu rostogălire dorsală			4
7.Învăţarea tehnicii triplusaltului			4
8.Consolidarea şi perfecţionarea tehnicii aruncării cu greutatea cu piruetă			2
9.Învăţarea tehnicii aruncării cu suliţa			2
10.Verificare însuşirii tehnici şi metodicii probelor atletice (norme de control)			4

Bibliografie:

1. Albină, A.E. (2016). *Tehnica probelor atletice predate în şcoală*. Ed. Sitech, Craiova.
2. Albină, A.E., & Albină, C. (2016). *Atletism-curs practico-metodic*. Ed. Sitech, Craiova.
3. Dragomir, M. (2009). *Atletism - metodica predării şi regulament, aria vocaţionlă şi extracurriculară*. Ed. Universitaria, Craiova.
4. Dragomir, M. (2008). *Atletism - tehnica predării, aria vocaţională şi extracurriculară*. Ed. Universitaria, Craiova.
5. Dragomir, M., & Albină A. (2006). *Atletism în şcoală*. Ed. Universitaria, Craiova.
6. Dragomir, M. (2001). *Tehnica probelor de alergări şi sărituri*. Ed. Universitaria, Craiova.
7. Dragomir, M. (2001). *Tehnica exercitiilor de aruncari*. Ed. Universitaria, Craiova.
8. Dragomir, M. (2001). *Determinarea continutului optim al conceptului educational realizat pe baza tehnologiilor didactice adecvate mijloacelor atletismului si jocurilor dinamice*. Ed. Universitaria, Craiova.
9. Dragomir, M., Albina, A., & Albina, C-tin. (2001). *Regulamentul concursurilor de atletism*, Reprografia Universităţii din Craiova.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Cluburi Sportive, Federaţia Română de Atletism) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Atletism.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare scrisă	50%
9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			

- Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui).
- Cunoaşterea şi aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor antrenamentului de atletism la nivelul aprofundării.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Alina Elena

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT – GIMNASTICĂ				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costi				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi					10
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Promovarea disciplinei Teoria şi practica în ramuri ale gimnasticii
4.2 de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Conceperea şi prezentarea unor sisteme de mijloace specifice gimnasticii artistice

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală de gimnastică dotată cu aparate şi echipamente specifice: cal cu mânere, bârnă, paralele, inele, bară fixă, saltele, etc

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul explică şi înţelege tehnicile şi principiile gimnasticii artistice, regulile de competiţie, etc
Aptitudini (Abilităţi)	Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Execută exerciţii complexe şi creează programe individualizate în funcţie de nevoile şi caracteristicile individuale şi de grup.
Responsabilitate şi autonomie	Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor Are capacitatea de a evalua progresul participanţilor şi de a adapta programele de exerciţii. Dezvoltă un program personalizat şi evaluează progresului.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Tendinţe moderne de dezvoltare a gimnasticii artistice ca ramură sportivă de performanţă	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Relaţia biunivocă dintre prevederile Codului de Punctaj şi conţinutul antrenamentului în gimnastica artistică			2
Conţinutul probei de sol			4
Conţinutul probei de sărituri			4
Conţinutul probelor de bârnă şi cal cu mânere			4
Conţinutul probelor de paralele inegale şi bară			4
Conţinutul probelor de inele şi paralele egale			4
Organizarea concursurilor şi noţiuni de arbitraj			2
Programarea şi planificarea conţinutului gimnasticii artistice			2
Bibliografie:			
Grigore, V. (2001). *Gimnastica artistică – bazele teoretice ale antrenamentului sportive.* Editura Semne, Bucureşti			
Orţănescu D. (2007). *Tehnica elementelor gimnice – fundamentări teoretice.* Editura Universitaria, Craiova			
Orţănescu D. (2008). *Gimnastica artistică – problematica antrenamentului şi orientări metodice.* Editura Universitaria, Craiova			
Nanu, M.C. (2022). *Gimnastica artistică.* Editura Universitaria, Craiova			
FIG. (2025). *Cod de punctaj feminin şi masculine.* www.FIG			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Tehnica şi metodica exerciţiilor la sol			4
Tehnica şi metodica săriturilor cu sprijin			4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la bârnă şi cal cu mânere			4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la paralele inegale şi bară			4
Tehnica şi metodica exerciţiilor la inele şi paralele egale			4

Programe de pregătire fizică specifică			4
Verificare practico-metodică			2
Bibliografie:			
Orţănescu, D. (2008). *Gimnastica artistică – problematica antrenamentului şi orientări metodice.* Editura Universitaria, Craiova			
Orţănescu, D. (2007). *Tehnica elementelor gimnice – fundamentări teoretice.* Editura Universitaria, Craiova			
FIG. (2025). *Cod de punctaj feminin şi masculin*, www.FIG			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al gimnasticii şcolare, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	50%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea mijloacelor gimnasticii artistice Stăpânirea terminologiei specifice gimnasticii artistice şi a prevederilor Codului de punctaj			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT-BASCHET				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					7
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Promovarea examenului la disciplina Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - baschet
4.2. de competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de jocuri sportive, cu mingi de baschet

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Utilizează adecvat terminologia specifică jocului de baschet Demonstrează a elementelor și procedeelor tehnice. Selectează și introduce conținuturilor specifice jocului de baschet pe cicluri de învățământ Aplică metode și tehnici de evaluare și apreciere a rezultatelor activităților de instruire și antrenament în baschet.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Planifică și desfășoară lecții și antrenamente de baschet eficiente, adaptate nivelului elevilor sau sportivilor; Utilizează strategii adecvate de predare, organizare a jocurilor și a activităților de antrenament; Proiectează și realizează lecții interactive, demonstrând corect tehnica de execuție a procedeelor specifice baschetului; Stabilește structura lecției/antrenamentului, demonstrează exerciții și corectează erorile de execuție tehnică; Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează nivelul abilităților tehnico-tactice ale jucătorilor.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de baschet adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Demonstrează capacitatea de a conduce echipe, de a lua decizii autonome și de a promova fair-play-ul și comportamentul etic în activitățile sportive și competiționale.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Organizarea baschetului de performanţă pe plan naţional, european şi mondial.Structuri administrative şi competiţii.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
2. Structuri organizatorice şi competiţionale la copii şi juniori			2
3. Componenta fizică a antrenamentului sportiv la copii şi juniori			4
4. Componenta tehnică a antrenamentului la copii şi juniori			4
5. Componenta tactică a antrenamentului la copii şi juniori			4
6. Tipuri de lecţii de antrenament la tinerii baschetbalişti.			2
7. Planificarea antrenamentului la baschet .			2
8. Activitatea de selecţie în şcoli			2
9. Dinamica componentelor antrenamentului sportiv la nivelul juniorilor.			4
10.Atribuţiile antrenorului în competiţii			2

Bibliografie:

1. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.

2. Gheţu, R. (2016). *Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive-baschet.*, Editura Sitech
3. Ghiţescu, I., & Moanţă, A. (2008). *Bazele jocului de baschet.* Editura Matrix Rom
4. Fédération Internationale de Basketball (FIBA). (2023). *Basketball coaching fundamentals.* https://www.fiba.basketball/coaches
5. Federatia Română de Baschet. (2023). *Regulile oficiale ale jocului de baschet.* https://www.frbaschet.ro/document/regulamente
6. Wissel, H. (2021). *Basketball: Steps to Success*. Human Kinetics.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Evaluarea inițială a grupei și organizarea procesului de instruire.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația	2
2. Tipuri și forme de încălzire specifice baschetului.			2
3. Circuite pentru dezvoltarea pregătirii fizice generale și specifice.			2
4. Circuite pentru formarea și consolidarea deprinderilor tehnice de bază.			2
5. Particularități ale marcajului și demarcajului în funcție de posturi.			2
6. Combinații tactice elementare între doi jucători.			2
7. Combinații tactice de bază între trei jucători.			2
8. Atacul și apărarea „om la om" pe jumătate de teren.			2
9. Atacul și apărarea „om la om" pe tot terenul – aspecte metodice.			2
10. Conducerea unui joc-școală – simulare și aplicare practică.			2
11. Probe și norme de control specifice, diferențiate pe posturi.			4
12. Jocuri de conducere și autoorganizare a jocului.			4

Bibliografie:

1. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
2. Gheţu, R. (2016). *Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive-baschet.*, Editura Sitech
3. Ghiţescu I., & Moanţă, A. (2008). *Bazele jocului de baschet*. Editura Matrix Rom
4. Fédération Internationale de Basketball (FIBA). (2023). *Basketball coaching fundamentals.* https://www.fiba.basketball/coaches
5. Federatia Română de Baschet. (2023). *Regulile oficiale ale jocului de baschet.* https://www.frbaschet.ro/document/regulamente
6. Wissel, H. (2021). *Basketball: Steps to Success*. Human Kinetics.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de baschet, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a conduce o lecție de antrenament. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen scris). Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o lecție de antrenament la nivel de începători (evaluare practică).			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Marian Alexandru Corneliu COSMA

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ.dr. Marian Costin Nanu

Semnătura directorului de departament,
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT - HANDBAL				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr Popescu Marius Cătălin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr Popescu Marius Cătălin				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					21
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					6
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Promovarea disciplinei metodica antrenamentului pe ramură de sport- handbal
4.2. de competenţe	• Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului • Descrierea şi demonstrarea sistemelor operaţionale specifice predării metodicii antrenamentului pe ramură de sport- handbal • Conceperea şi prezentarea unor sisteme de mijloace specifice antrenamentului în handbal.

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de calcul şi internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de handbal

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică şi descrie metodica de predare a handbalului, regulamentul jocului şi pregătirea echipei reprezentative şcolare.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a planifica şi desfăşura lecţii eficiente de handbal şi de instruire a elevilor. Utilizează strategii de predare, organizare a jocurilor şi antrenamentelor. Planifică şi desfăşoară lecţii interactive, demonstrează tehnicii de execuţie a diferitelor procedee. Stabileşte structura lecţiilor, demonstrează exerciţii şi corectează tehnica de execuţie. Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri şi evaluează abilităţile jucătorilor.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Creează şi gestionează programe de pregătire şi evaluare a elevilor. Iniţiază şi dezvoltă programe de handbal, adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor şi adaptează programul în funcţie de nevoile lor. Creează un mediu de învăţare sigur şi motivant pentru elevi. Are capacitatea de a conduce echipe şi de a promova fair-play în competiţii. Evaluează abilităţile elevilor şi adaptează lecţiile de antrenament.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Cerinţe ale disciplinei pentru curs. Handbalul ca mijloc al educaţiei fizice şcolare	faţă în faţă	prelegere	2
2. Metodica predării acţiunilor tehnico-tactice individuale			2
3.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice pentru jocul de atac. Contraatacul şi contraatacul susţinut			4
4.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice pentru jocul de atac. Organizarea atacului, atacul în sistem			4
5.Metodica predării elementelor tehnice pentru jocul de apărare. Apărarea 6:0 şi 5:1			2
6.Metodica predării aruncărilor la poartă cu pas adăugat, încrucişat şi din săritură.			4
7.Metodica predării fazei a I-a şi fazei a III-a a apărării – Replierea şi organizarea apărării			2
8.Metodica predării elementelor şi procedeelor tehnice specifice jocului portarului			2
9.Metodica instruirii echipei reprezentative şcolare			2
10.Organizarea bazei de masă a handbalului de			2

performanţă			
11.Noţiuni de arbitraj şi de organizarea meciurilor			2

Bibliografie

Bota, I., & Bota, M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului.* Ed. Turism, Bucureşti
Hantău, C. (2000). *Handbal.* Editura Alpha, Bucureşti
Igorov, M., & Bosi, M. (2009). *Instruirea în handbal Copii şi juniori.* Ed. Moroşan, Bucureşti
Negulescu, I. (2000). *Handbal, Iniţiere – Performanţă.* Ed. Oglinda Press, Bucureşti
Orţănescu, C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de bază.* Ed.Universitaria,Craiova
Orţănescu, C., & Popescu, C.M. (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Ed.Universitaria,Craiova
Şerbănoiu, S. (2004). *Metodica educaţiei fizice.* Ed. Cartea Universitară, Bucureşti,
Ghid metodologic de aplicare a programelor de educaţie fizică şi sport în învăţământul primar, gimnazial şi liceal, MEC, Bucureşti.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Cerinţe ale disciplinei pentru activităţile practice. Poziţia fundamentală pentru atac şi apărare. Mişcarea în teren.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	2
2. Ţinerea, prinderea şi pasarea mingii.			2
3. Driblingul, fentele şi mişcările înşelătoare			2
4. Aruncările la poartă cu pas adăugat, încrucişat şi din săritură.			2
5.Scoaterea mingii de la adversar. Blocarea aruncărilor . Atacarea adversarului aflat în posesia mingii.			2
6. Jocul portarului			2
7. Faza I a atacului – Contraatacul			2
8. Faza a II-a a atacului – Contraatacul susţinut			2
9. Faza a IV-a a atacului – Jocul în sistem.			2
10. Sistemul de atac cu un pivot şi cu doi pivoţi.			2
11. Pasarea mingii în pătrundere sccesivă. Pasele de angajare a jucătorilor de semicerc.			2
12.Încrucişarea. Paravanul. Blocajul şi plecarea din blocaj.			2
13.Replierea în apărare. Preluarea, predarea şi schimbul de oameni în apărare			2
14.Sistemul de apărare 6+0			2

Bibliografie

Bota, I., & Bota, M. (1990). *Handbal. 500 exerciţii pentru învăţarea jocului.* Ed. Turism, Bucureşti
Hantău, C. (2000). *Handbal,* Editura Alpha, Bucureşti
Igorov, M., & Bosi, M. (2009). *Instruirea în handbal Copii şi juniori.* Ed. Moroşan, Bucureşti
Negulescu, I. (2000). *Handbal, Iniţiere – Performanţă.* Ed. Oglinda Press, Bucureşti
Orţănescu, C. (2006). *Handbal. Instruirea tehnico tactică de bază.* Ed.Universitaria,Craiova
Orţănescu, C., & Popescu, C.M. (2011). *Handbal. Teoria şi metodica jocului.* Ed. Universitaria, Craiova
Şerbănoiu, S. (2004). *Metodica educaţiei fizice.* Ed. Cartea Universitară, Bucureşti,
Ghid metodologic de aplicare a programelor de educaţie fizică şi sport în învăţământul primar, gimnazial şi liceal, MEC, Bucureşti.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al jocului de handbal, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor din jocul de handbal şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	examen	70%
9.5. Seminar/laborator	Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a metodicii de predare a procedeelor şi elementelor din jocul de handbal folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	evaluare practică; observaţie sistematică.	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea şi aplciarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv – educative şi a structurilor de exerciţii prevăzute în programa şcolară în învăţământul preuniversitar Stăpânirea terminologiei specifice handbalului şi implicit a celei specifice domeniului revăzută în caietul de studiu individual ce include teme periodice creative			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Popescu Marius Cătălin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
DEPARTAMENTUL TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 146, 200585,
tel: 0251-422743, fax: 0251-422743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT-FOTBAL				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. univ. dr. Stoica Doru				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf. univ. dr. Stoica Doru				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					19
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					17
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități.....					14
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Cunoștințe temeinice ale fotbalului de bază
4.2. de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice predării fotbalului Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice fotbalului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală dotată cu tehnică de calcul
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Echipamente, instalații și materiale specifice, necesare predării fotbalului

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Identifică forma și conținutul exercițiului fizic. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților.

7. Conținuturi

7.1. CURS	**Modalitatea de desfășurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Fotbalul ca proces de învățare.	Față în față	Expunere, prelegere, dezbatere	2
1. Tehnica jocului de fotbal în context tactic.			2
2. Tactica jocului de fotbal. Analiza acțiunilor de tactică individuală în atac: demarcarea și depășirea individuală.			2
3. Analiza acțiunilor de tactică individuală în apărare: presiunea și marcarea adversarului. Tactica deposedărilor de minge			4
4. Analiza acțiunilor de tactică colectivă în atac: pasarea mingii (tipologie), combinația tactică, circulația tactică, susținerea jucătorului cu mingea, schimbul de locuri, finalizarea atacului.			4
5. Fazele și formele atacului: contraatacul, atacul rapid simplu şi direct, atacul combinativ și atacul individual.			2
6. Tactica de atac la momentele fixe ale jocului: lovitura de începere a jocului, lovitura liberă directă și indirectă, lovitura de colț (corner ofensiv).			4
7. Analiza acțiunilor tactice colective de apărare: dublajul, triunghiul defensiv, rombul defensiv, presingul.			2
8. Formele apărării: apărarea în zonă, apărarea om la om, apărarea combinată și apărarea în linie.			2
9. Tactica de apărare la momentele fixe ale jocului: lovitura de începere, aruncarea de la margine, lovitura de colţ (corner defensiv), loviturile libere, lovitura de pedeapsă (11m).			2
10. Tactica în joc a portarului: plasamentul portarului în timpul jocului și la cornere, orientarea și coordonarea acțiunilor portarului cu apărătorii.			2

Bibliografie:

1. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). *Fotbal - Modele strategice în pregătirea tactică*. Edit. Universitaria.
2. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Increasing the execution speed of offensive and defensive tactical actions in the football game at the time of transition. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 36*(2), 5-13.

3. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Programarea și planificarea pregătirii fotbalistice. Edit. Universitaria,
4. Barbu, D., Stoica, D., & Ciocănescu, D. (2019). How to design a model for approaching the methodical-scientific conception of training and competition in the football game. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 34*(2), 49-55.
5. De Jong, L. M. S., Gastin, P. B., Angelova, M., Bruce, L., & Dwyer, D. B. (2020). Technical determinants of success in professional women's soccer: A wider range of variables reveals new insights. *PLoS One*, 15(10): e0240992.
6. De Maesschalck, P. (2013). *Belgian input from Club Brugge*.
7. De Proft, E., Cabri, J., Dufour, W., & Clarys, J.P. (1988). *Strength training and kick performance in soccer players.* Reilly T, Lees A, Davids K, Murphy WJ, eds. Science and football II. London E & FN Spon, 108-113.
8. De Proft, E., Clarys, J., Bollens, E., Cabri J., & Dufour, W. (1988). *Muscle Activity In The Soccer Kick. Science And Football*, T. Reilly, A. Lees, K. Davids and W.J. Murphy, eds, London E & FN Spon, 434– 440.
9. De Witte, H., De Cuyper, N., Handaja, Y., Sverke, M., Näswall, K., & Hellgren, J. (2010). Associations between Quantitative and Qualitative Job Insecurity and Well-being: A Test in Belgian Banks. *Int. Stud. Manag. Organ.* 40, 40–56.
10. Häkkinen, K., Komi, P. V., & Alén, M. (1985). Effect of explosive type strength training on isometric force- and relaxation-time, electromyographic and muscle fibre characteristics of leg extensor muscles. *Acta physiologica Scandinavica*, 125(4), 587–600.
11. Stoica, D., & Barbu, D. (2014). The influence of specific football training methods during the preparation period upon the physical and motor development of 17-18 year-old juniors. *Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport, 15*(1), 40–44.
12. Stoica, D., & Barbu, D. (2017). Prioritary aspects of the development of resistance to specific effects of the football game at the junior B. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 30*(2), 78-81.
13. Stoica, D., & Barbu, D. (2017). The development of coordinating capabilities in the football at junior level C. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 29*91), 69-75.
14. Stoica, D., & Barbu, D. (2020). Individualized physical training in the football game in the middle compartment at junior level "A". *Journal of Sport and Kinetic Movement, 36*(2), 28-34.
15. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Fotbal - Modele strategice în pregătirea tactică. Edit. Universitaria.

7.2. Seminar/laborator	**Modalitatea de desfășurare**	**Metode de predare**	**Fond de timp alocat (ore)**
1. Metodica învăţării şi perfecţionării demarcării şi depăşirii individuale.	Față în față	Explicația Demonstrarea Exersarea Feed-back	2
2. Metodica învăţării şi perfecţionării tehnicii jocului de fotbal în context tactic.			2
3. Metodica învăţării şi perfecţionării acţiunilor de tactică individuală în apărare: presiunea şi marcarea adversarului. Tactica deposedărilor de minge.			2
4. Metodica învăţării şi perfecţionării acţiunilor de tactică colectivă în atac: pasarea mingii (tipologie), combinaţia tactică, circulaţia tactică, susţinerea jucătorului cu mingea, schimbul de locuri, finalizarea atacului.			4
5. Metodica învățării şi perfecționării formelor atacului: contraatacul, atacul rapid simplu şi direct, atacul combinativ şi atacul individual.			4
6. Metodica învățării şi perfecționării tacticii de atac la momentele fixe ale jocului: pentru lovitura de începere a jocului, lovitura liberă directă şi lovitura de colț (corner ofensiv).			2
7. Metodica învățării şi perfecționării acțiunilor tactice colective în apărare: dublajul, triunghiul defensiv, rombul defensiv, presingul.			4

8. Metodica învăţării şi perfecţionării formelor de apărare: apărarea în zonă, apărarea om la om, apărarea combinată şi apărarea în linie.			2
9. Metodica învăţării şi perfecţionării apărării la momentele fixe ale jocului: lovitura de începere, aruncarea de la margine, lovitura de colţ (corner defensiv), loviturile libere, lovitura de pedeapsă (11m).			2
10. Metodica învăţării şi perfecţionării tacticii în joc a portarului: plasamentul portarului în timpul jocului şi la cornere, orientarea şi coordonarea acţiunilor portarului cu apărătorii.			2
11. Testare practică			2

Bibliografie:

1. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Fotbal - Modele strategice în pregătirea tactică. Edit. Universitaria.
2. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Increasing the execution speed of offensive and defensive tactical actions in the football game at the time of transition. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 36*(2), 5-13.
3. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Programarea şi planificarea pregătirii fotbalistice. Edit. Universitaria,
4. Barbu, D., Stoica, D., & Ciocănescu, D. (2019). How to design a model for approaching the methodical-scientific conception of training and competition in the football game. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 34*(2), 49-55.
5. De Jong, L. M. S., Gastin, P. B., Angelova, M., Bruce, L., & Dwyer, D. B. (2020). Technical determinants of success in professional women's soccer: A wider range of variables reveals new insights. *PLoS One*, 15(10): e0240992.
6. De Maesschalck, P. (2013). *Belgian input from Club Brugge*.
7. De Proft, E., Cabri, J., Dufour, W., & Clarys, J.P. (1988). *Strength training and kick performance in soccer players.* Reilly T, Lees A, Davids K, Murphy WJ, eds. Science and football II. London E & FN Spon, 108-113.
8. De Proft, E., Clarys, J., Bollens, E., Cabri J., & Dufour, W. (1988). *Muscle Activity In The Soccer Kick. Science And Football*, T. Reilly, A. Lees, K. Davids and W.J. Murphy, eds, London E & FN Spon, 434– 440.
9. De Witte, H., De Cuyper, N., Handaja, Y., Sverke, M., Näswall, K., & Hellgren, J. (2010). Associations between Quantitative and Qualitative Job Insecurity and Well-being: A Test in Belgian Banks. *Int. Stud. Manag. Organ.* 40, 40–56.
10. Häkkinen, K., Komi, P. V., & Alén, M. (1985). Effect of explosive type strength training on isometric force- and relaxation-time, electromyographic and muscle fibre characteristics of leg extensor muscles. *Acta physiologica Scandinavica*, 125(4), 587–600.
11. Stoica, D., & Barbu, D. (2014). The influence of specific football training methods during the preparation period upon the physical and motor development of 17-18 year-old juniors. *Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport, 15*(1), 40–44.
12. Stoica, D., & Barbu, D. (2017). Prioritary aspects of the development of resistance to specific effects of the football game at the junior B. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 30*(2), 78-81.
13. Stoica, D., & Barbu, D. (2017). The development of coordinating capabilities in the football at junior level C. *Journal of Sport and Kinetic Movement*, *29*91), 69-75.
14. Stoica, D., & Barbu, D. (2020). Individualized physical training in the football game in the middle compartment at junior level "A". *Journal of Sport and Kinetic Movement, 36*(2), 28-34.
15. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Fotbal - Modele strategice în pregătirea tactică. Edit. Universitaria.
16. Barbu, D., & Stoica, D. (2020). Increasing the execution speed of offensive and defensive tactical actions in the football game at the time of transition. *Journal of Sport and Kinetic Movement, 36*(2), 5-13.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de fotbal la orice nivel de instruire, corespunzător cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR și

EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	C: Participare activă la cursuri	Examen	60%
9.5. Seminar/laborator	L: Participare activă la lucrările practice	Testare practică	40%
9.6. Standard minim de performanță			
- Cunoştinţe suficiente specifice antrenării jucătorilor de fotbal juniori şi seniori; - Cunoaşterea metodicii de învăţare, consolidare şi perfecţionare a mijloacelor jocului de fotbal cerute prin prisma conţinutului jocului de fotbal pentru fotbalul de performanţă; - Stăpânirea terminologiei specifice antrenamentului sportiv în jocul de fotbal; - Capacitate de demonstrare corectă a structurilor de exerciţii specifice jocului de fotbal evidenţiate în cadrul testărilor periodice.			

Data completării:
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf. univ. dr. Stoica Doru
Semnătura titularului

.....

Data avizării în departament:
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ. dr. Nanu Costin Marian
Semnătura directorului de departament,

.....

Universitatea din Craiova
Facultatea de Educație Fizică și Sport
Str. Brestei, nr.146, Craiova
https://efs.ucv.ro/

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT-VOLEI				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Pascu Dănuț				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Pascu Dănuț				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi.....					7
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Promovarea examenului la disciplina Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - volei
4.2. de competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de jocuri sportive, cu mingi de volei

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Utilizează adecvat terminologia specifică jocului de volei Demonstrează elementele şi procedeele tehnice. Selectează și introduce conținuturilor specifice jocului de volei pe cicluri de învățământ Aplică metode și tehnici de evaluare și apreciere a rezultatelor activităților de instruire și antrenament în volei
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Planifică și desfășoară lecții și antrenamente de volei eficiente, adaptate nivelului elevilor sau sportivilor; Utilizează strategii adecvate de predare, organizare a jocurilor și a activităților de antrenament; Proiectează și realizează lecții interactive, demonstrând corect tehnica de execuție a procedeelor specifice voleiului; Stabilește structura lecției/antrenamentului, demonstrează exerciții și corectează erorile de execuție tehnică; Planifică sesiuni de pregătire, organizează jocuri și evaluează nivelul abilităților tehnico-tactice ale jucătorilor.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Creează și gestionează programe de pregătire și evaluare a elevilor. Inițiază și dezvoltă programe de volei adaptate nevoilor elevilor. Evaluează progresul elevilor și adaptează programul în funcție de nevoile lor. Creează un mediu de învățare sigur și motivant pentru elevi. Demonstrează capacitatea de a conduce echipe, de a lua decizii autonome și de a promova fair-play-ul și comportamentul etic în activitățile sportive și competiționale.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Obiectivele, organizarea şi dezvoltarea bazei de masă a voleiului de performanţă pe plan naţional şi internaţional	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
Structura organizatorică a claselor speciale, centrelor de pregătire, secţiilor şi asociaţiilor sportive. Conceptul contemporan privind instruirea începătorilor în jocul de volei.			2
Nivele de dezvoltare – fizic, psihic – specifice copiilor şi speranţelor implicaţi în voleiul de performanţă.			2
Actualităţi şi noutăţi în voleiul de performanţă – probleme legate de regulament, tehnică, tactică, pregătire.			2
Implicaţiile modelului jucătorului de volei de performanţă în stabilirea modelelor intermediare de peregătire, la minivolei şi speranţe			2
Nivelele de pregătire specifică la minivolei şi speranţe			4
Problematica selecţiei sportive în volei			4
Obiectivele de promovare, eşalonarea conţinutului şi stabilirea priorităţilor privind			2

promovarea de la un eşalon la altul.			
Aspecte privind pregătirea, raportate la caracteristicile specifice vârstei, sexului, nivelului de pregătire sportivă			4
Actualităţi şi noutăţi în voleiul de performanţă, implicaţiile acestora în pregătirea începătorilor.			4
Bibliografie:			
Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.			
Ihsan, N., Mario, D. T., & Mardesia, P. (2023). The effect of learning methods and motor skills on the learning outcomes of basic techniques in volleyball. *Journal of Physical Education and Sport*, *23*(9), 2453-2460.			
FIVB. (2024). *FIVB coach manual*. https://www.fivb.com/wp-content/uploads/2024/03/FIVB_Coach_Manual_EN.pdf			
Federația Română de Volei. (2023). *Regulamente și ghiduri metodice*.			
de Oliveira Castro, H., Laporta, L., Lima, R., Clemente, F., Afonso, J., Aguiar, S., ... & Costa, G. D. C. T. (2022). Small-sided games in volleyball: A systematic review of the state of the art. *Biology of Sport*, *39*(4), 995-1010.			

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Evaluarea inițială a sportivilor şi organizarea grupei de lucru.	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația	2
Acţiuni individuale specifice structurii II şi I de joc: servici de sus din faţă, servici de sus din săritură, preluarea din servici planat şi din servici în forţă, spre locul intrării, preluare cu amortizare, ridicare scurtă şi ridicare întinsă, atac din ridicare scurtă şi din ridicare cu traiectorie întinsă, a diagonalei lungi, specifice apărării în linia a II-a, atac pe altă direcţie cu evitarea blocajului,			8
Acţiuni de joc specifice apărării blocaj individual şi colectiv la zonă şi la minge, blocaj individual la atac din ridicare scurtă şi din ridicare întinsă, preluare din atac, cu două mâini de jos cu fandare, cu amortizare, cu plonjon şi cu o mână, preluare cu pârghie dură, autodublaj, apararea culuarului şi a diagonalei lungi, specifice apărării în linia a II-a,			6
Acţiuni de joc combinate atac din linia a II-a, acţiuni colective specifice structurii I şi II de joc, dispozitiv la efectuarea serviciului cu linia I lângă fileu cu şi fără schimbarea zonelor, organizarea apărării cu blocaj individual la corespondent şi cu blocaj colectiv la atac din linia a II-a, dispozitiv la primirea serviciului în patru şi cinci jucători cu intrare din zona 6 şi din Z1, sisteme de acţionare pentru dezvoltarea calităţilor motrice specifice, exemplificări în antrenamentul copiilor şi			6

juniorilor, complexe de pregătire fizică specifică.			
Planificarea și conducerea antrenamentului de volei în funcție de vârstă și nivelul de performanță: structura microciclului de antrenament; dozarea efortului; adaptarea conținuturilor tehnico-tactice pentru începători; integrarea pregătirii fizice, tehnice și tactice în antrenament.			4
Evaluarea practică			2
Bibliografie:			
Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.			
Ihsan, N., Mario, D. T., & Mardesia, P. (2023). The effect of learning methods and motor skills on the learning outcomes of basic techniques in volleyball. *Journal of Physical Education and Sport*, *23*(9), 2453-2460.			
Federația Română de Volei. (2023). *Regulamente și ghiduri metodice*.			
de Oliveira Castro, H., Laporta, L., Lima, R., Clemente, F., Afonso, J., Aguiar, S., ... & Costa, G. D. C. T. (2022). Small-sided games in volleyball: A systematic review of the state of the art. *Biology of Sport*, *39*(4), 995-1010.			

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al jocului de volei, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a conduce o lecție de antrenament. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea noțiunilor generale și elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce o lecție de antrenament la nivel de începători			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Dănuț Pascu

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf. univ.dr. Marian Costin Nanu

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr.46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT – SCRIMĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Conf. Univ. Dr. Forțan Cătălin Ionuț				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Conf. Univ. Dr. Forțan Cătălin Ionuț				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					7
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice domeniului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector.
5.2. de desfășurare a seminarului/	Sală de sport, materiale si echipamente specifice scrimei.

laboratorului/proiectului	

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică regulamentul sporturilor de combat judo, lupte, scrimă, tehnicile de bază, strategiile şi echipamentul utilizat.
Aptitudini (Abilităţi)	Executa corect procedeele specifice din sporturile de combat judo, lupte, scrimă pentru a maximiza eficienţa pregătirii.
Responsabilitate şi autonomie	Evaluează performanţa participanţilor şi face ajustări la programele de antrenament în funcţie de progresul şi feedback-ul primit.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Psihomotricitatea în scrimă	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Pregătirea tehnică în scrimă			4
Pregătirea fizică în scrimă			4
Pregătirea tactică în scrimă			2
Factorii condiţionali – favorizanţi în scrima de performanţă			2
Specificul acţiunilor tehnico-tactice ale scrimerului în timpul asalturilor din concursuri.			2
Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la floretă. Poziţii, parăzi, angajamente, acţiuni pe lamă. Loviturile simple şi compuse în atac şi apărare.			2
Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la sabie. Poziţii, acţiuni pe lamă, loviturile de împungere, loviturile de tăiere (la cap, piept, flanc). Acţiuni ofensive şi defensive specifice armei.			2
Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la spadă. Particularităţi ale poziţiei deplasărilor pe planşă a loviturilor pe toată suprafaţa corpului. Acţiuni pe lamă specifice armei.			2
Consolidarea procedeelor tehnico-tactice de atac şi apărare folosind lecţia individuală cu antrenorul şi exerciţiile convenţionale.			2
Selecţia în scrimă			2
Caracteristicile efortului specific în scrimă			2

Bibliografie:

Arkadiev, V. (1977). *Scrima*, Editura Sport-Turism, Bucureşti.
Achim, Ş. (2002). *Planificarea în pregătirea sportivă.* Editura EX PONTO, Bucureşti
Ciortea, A., & Poenaru, S. (2002). *Pregatirea fizica a scrimerilor de performanta.* Editura Pritech, Bucuresti.
Dragnea A., & Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* Editura FEST, Bucureşti
Forţan, C. (2007). *Caiet de lucrări practice scrimă.* Editura Universitaria,Craiova
Forţan, C. (2012). *Optimizarea Procesului de Pregătire la Scrimă Începători.* Editura Sitech, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de	Metode de	Fond de timp

	desfăşurare	predare	alocat (ore)
Consolidarea atacurilor cu fentă şi a combinaţiilor de parăzi în apărare. Riposte simple şi compuse;	Față în față	Explicația, descrierea, observația, demonstrația, exersarea, evaluarea învățării.	4
Exerciţii pe perechi pentru rezistenţa specifică, menţinerea distanţei şi alegerea momentului favorabil pentru începerea unei acţiuni.			4
Combinaţii de parăzi în apărare, riposte simple şi compuse;			4
Consolidarea atacurilor simple şi a apărări împotriva lor prin parăzi drepte sau circulare, a ripostelor simple de pe loc şi cu fandare;			2
Exerciţii cu partener sau antrenor pentru perfecţionarea deplasărilor, a atacurilor simple şi compuse, a ripostelor simple;			2
Exerciţii specifice pentru perfecţionarea vitezei de reacţie şi execuţie, dezvoltarea mobilităţii articulare, îmbunătăţirea rezistenţei specifice;			2
Lecţia cu antrenorul, exerciţiile pe perechi, principalele mijloace specifice de pregătire, ponderea lor în pregătirea la nivelul copiilor şi juniorilor.			2
Consolidarea conducerii armei în poziţiile superioare şi inferioare ale braţului înarmat;			2
Metodica perfecţionării tehnico-tactice a atacurilor simple şi a parăzilor drepte şi circulare;			2
Metodica perfecţionării tehnico-tactice a atacurilor compuse şi a parăzilor drepte, circulare şi semicirculare;			2
Verificarea cunoştinţelor practico-metodice. Abilităţi de alcătuire a unor sisteme de acţionare adaptate în concordanţă cu obiectivele urmărite.			2

Bibliografie:

Arkadiev, V. (1977). *Scrima.* Editura Sport-Turism, Bucureşti.
Achim, Ş. (2002). *Planificarea în pregătirea sportivă.* Editura EX PONTO, Bucureşti
Ciortea, A., & Poenaru, S. (2002). *Pregatirea fizica a scrimerilor de performanta.* Editura Pritech, Bucuresti.
Dragnea A., & Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* Editura FEST, Bucureşti
Forţan, C. (2007). *Caiet de lucrări practice scrimă.* Editura Universitaria, Craiova
Forţan, C. (2012). *Optimizarea Procesului de Pregătire la Scrimă Începători.* Editura Sitech, Craiova

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării educaţiei fizice în învăţământul primar şi gimnazial (de bază, incluziv şi special) corespunzătoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs		Examen	60%
9.5 Activităţi aplicative		Probe de evaluare formativa-verificarea cunoştinţelor practico-metodice.	30%
		Evaluare continuă pe parcursul activităţii	10%

9.6 Standard minim de performanţă (volumul de cunoştinţe minim necesar pentru promovarea disciplinei şi modul în care se verifică stăpânirea lui):
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei reflectată prin răspuns corect, în proporţie de 60%, la subiectele examenului.

Obţinerea numărului de credite: Apreciere ce are în vedere media notelor obţinute la probele practico-metodice. Examen scris de evaluare a cunoştinţelor teoretice.

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Forţan Cătălin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

FIŞA DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Metodica antrenamentului pe ramură de sport – tenis de masă				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof. Univ. Dr. Dragomir Marian				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Prof. Univ. Dr. Dragomir Marian				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi					10
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea şi demonstrarea sistemelor operaţionale specifice domeniului

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu internet şi calculator
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu mese, patele şi mingi de tenis de masă

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AŞTEPTATE ALE INVAŢARII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ŞI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - înţelege principiile tehnice ale tenisului de masa , cunoaşterea echipamentului.
Aptitudini şi (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - Are abilitatea de a executa procedee specifice tenisului de masa şi de a le adapta la diferite condiţii
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: - Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea echipamentului .

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Tenisul de masă - analiză retrospectivă şi viziune	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
2. Caracteristici şi tendinţe de dezvoltare ale tenisului de masă			2
3. Etapele învăţării şi perfecţionării tehnicii şi tacticii jocului de tenis de masă			2
4. Metode de învăţare şi perfecţionare a tehnicii şi tacticii jocului de tenis de masă			4
5. Principii tactice de bază			2
6. Strategia jocului de simplu			2
7. Strategia jocului de dublu			2
8. Situaţii tactice speciale			4
9. Jocul şi factorii perturbatori			2
10. Jocul şi concentrarea			2
11. Mascarea loviturilor			2
12. Studiul adversarului			2
Bibliografie:			
Dragomir M., Lică M., Diaconescu D., Tenis de masă - analiza procedeelor tehnice, Editura Universitaria, Craiova, 2005. Dragomir, M., Tenis de masă - de la iniţiere spre marea performanţă, Editura Universitaria, Craiova, 2001. Dragomir, M., Tenis, Ed. Universitaria, Craiova, 2004. Epuran, M. şi colab., Psihologia sportului de performanţă - teorie şi practică, Ed. FEST, Bucureşti, 2001. Lică, E., Mangra, G., Tenis de masă - iniţiere în tehnica jocului, Editura Universitaria, Craiova, 2006. Ochiană, N., Orientarea şi selecţia iniţială în tenis de masă - noţiuni introductive, Ed. Tehnopress, Iaşi, 2006. Stănescu, M., Antrenament şi competiţie, Ed. Moroşan, Bucureşti, 2006.			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Perfecţionarea procedeelor tehnice în condiţii izolate	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	6
2. Perfecţionarea loviturilor în acţiuni de joc			6
3. Perfecţionarea fazelor de joc fix şi momentele lor			4
4. Perfecţionarea fazelor de joc decisiv			6
5. Jocuri cu temă			6
Bibliografie:			
Dragomir M., Lică M., Diaconescu D., Tenis de masă - analiza procedeelor tehnice, Editura Universitaria,			

Craiova, 2005.
Dragomir, M., Tenis de masă - de la iniţiere spre marea performanţă, Editura Universitaria, Craiova, 2001.
Dragomir, M., Tenis, Ed. Universitaria, Craiova, 2004.
Epuran, M. şi colab., Psihologia sportului de performanţă - teorie şi practică, Ed. FEST, Bucureşti, 2001.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului tenisului de masă, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
- Cunoaşterea metodicii de învăţare a elementelor tehnice specifice tenisului de masă evidenţiată în cadrul examenului - Stăpânirea terminologiei specifice tenisului de masă - Capacitate de demonstrare corectă a tehnicii de execuţie a elementelor specifice probelor de concurs evidenţiată în cadrul testărilor periodice			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof.univ.dr. Dragomir Marian

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT – CULTURISM/FITNESS				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Albină Constantin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Albină Constantin				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					
Examinări					2
Alte activităţi.....					7
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Promovarea disciplinei Teoria şi practica în ramuri sportive – culturism
4.2. de competenţe	Cunoaşterea tehnicii de execuţie a exerciţiilor de culturism

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecţie
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală de culturism

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Defineşte şi clasifică diferitele tipuri de exerciţii fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităţilor motrice.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Identifică forma şi conţinutul exerciţiului fizic. Selectează exerciţii fizice în funcţie de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciţii fizice în funcţie de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exerciţiilor fizice în funcţie de obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Scurt istoric al activităţilor de culturism/fitness	faţă în faţă	prelegere	4
2.Caracteristicile şi legile micării omului			4
3.Activitatea motrică, efortul şi oboseala fizică			4
4.Principiile antrenamentului sportiv modern în antrenamentele de culturism şi fitness pentru începători.			4
5.Principiile antrenamentului sportiv modern în antrenamentele de culturism şi fitness pentru intermediari.			4
6.Principiile antrenamentului sportiv modern în antrenamentele de culturism şi fitness pentru avansaţi.			4
7.Regulamentul competiţional şi reguli de concepere a programelor de culturism/fitness.			4

Bibliografie:

Albină, C., & Albină, A.E. (2016). *Jocuri de mişcare – Note de curs*. Ed. Sitech, Craiova.
Albină, C. (2015). *Fitness pentru sănătatea ta.* Ed. Sitech, Craiova.
Albină, C., & Albină A.E. (2015). *Optimizarea condiţiei fizice. Fitness. Curs de bază.* Ed. Sitech, Craiova.
Bompa, T., (2001). *Periodizarea: teoria şi metodologia antrenamentului sportiv.* Editura Ex Ponto, Bucureşti.
Cannone, J. (2007). *Functional training.* http://www.bodybuilding.com/fun/jessec4.htm
Ciobanu, M. (2005). *Adolescenţii.* Editura Accent Print, Suceava.
Damian, Ş. (2006). *Superfit.* Editura Corint, Bucureşti.
Hidi, I.L. (2007). *Fitness*. Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti.
Hidi, I.L. (2008). *Fitness – bazele antrenamentului.* Editura BREN, Bucureşti.
Tudor, V., & Crişan, D.I. (2007). *Forţa. Aptitudine motrică.* Editura BREN, Buzău.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Exerciţii specifice activităţilor aerobe în fitnessul pentru toţi.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	6
2.Selectarea şi ordonarea exerciţiilor conform principiilor antrenamentului sportiv modern aplicate în antrenamentele de culturism şi fitness pentru începători			8
3.Selectarea şi ordonarea exerciţiilor conform			8

principiilor antrenamentului sportiv modern aplicate în antrenamentele de culturism şi fitness pentru cei cu stadiu mediu de dezvoltare somatică.			
4.Selectarea şi ordonarea exerciţiilor conform principiilor antrenamentului sportiv modern aplicate în antrenamentele de culturism şi fitness pentru cei cu stadiu avansat de dezvoltare somatică.			6

Bibliografie:

Albină, C., & Albină, A.E. (2016). *Jocuri de mişcare – Note de curs*. Ed. Sitech, Craiova.
Albină, C. (2015). *Fitness pentru sănătatea ta.* Ed. Sitech, Craiova.
Albină, C., & Albină A.E. (2015). *Optimizarea condiției fizice. Fitness. Curs de bază.* Ed. Sitech, Craiova.
Bompa, T., (2001). *Periodizarea: teoria şi metodologia antrenamentului sportiv.* Editura Ex Ponto, Bucureşti.
Cannone, J. (2007). *Functional training.* http://www.bodybuilding.com/fun/jessec4.htm
Ciobanu, M. (2005). *Adolescenții.* Editura Accent Print, Suceava.
Damian, Ş. (2006). *Superfit.* Editura Corint, Bucureşti.
Hidi, I.L. (2007). *Fitness*. Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti.
Hidi, I.L. (2008). *Fitness – bazele antrenamentului.* Editura BREN, Bucureşti.
Tudor, V., & Crişan, D.I. (2007). *Forța. Aptitudine motrică.* Editura BREN, Buzău.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinutul disciplinei este coroborat aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (Inspectoratul Şcolar Judeţean, Federaţia Română de Culturism-fitness, Cluburi Sportive) respectând cerinţele regulamentelor Federaţiei Române de Culturism-fitness.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Evaluarea cunoştiinţelor despre tehnica exerciţiilor atletice şi aplicarea lor corectă în lecţiile de educaţie fizică şi sport	Evaluare scrisă	50%
9.5. Seminar/laborator	LP Verificarea gradului de însuşire a capacităţii de selectare şi demostrare a exerciţiilor atletice folosite în lecţia de educaţie fizică şi sport din şcoală	Evaluare practică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Elaborarea, selectarea şi prezentarea unor sisteme operaţionale pe componentele lecţiilor de educaţie fizică şi sportive ale motricităţii umane precum şi în antrenamentul de culturism-fitness la nivelul aprofundării.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Albină Constantin
Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT – DANS				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități					10
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Promovarea disciplinei Teoria și practica în sporturi de expresie - Dans sportiv
4.2 de competențe	-

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul si internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu sistem audio

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul înţelege stilurile de dans, tehnicile de bază şi a etichetele sociale.
Aptitudini (Abilităţi)	Execută coregrafii, adaptate la diferite ritmuri muzicale şi coordonează partenerului.
Responsabilitate şi autonomie	Organizează grupuri de practicanţi ai exerciţiilor fizice în funcţie de finalitatea activităţilor motrice şi de resurse. Selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor Are capacitatea de a participa şi de a organiza competiţii sau evenimente de dans sportiv.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Curs introductiv: direcţii de cercetare, tematica, bibliografia	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
Importanţa formării ţinutei scenice şi a gestului motric pentru redarea mesajului artistic			2
Mişcarea corporală în redarea mesajului artistic: poziţii, mişcări segmentare, mişcări corporale			2
Acompaniamentul muzical: şi noţiuni generală de teorie muzicală			2
Dansul sportiv- secţiunea standard (vals vienez, tango, vals lent, quickstep, slowfox)			10
Dansul sportiv – secţiunea latino (samba, cha-cha, jive, rumba, passo doble)			10
Bibliografie:			
Vişan, A., (2005). *Dansul pentru educaţia corporală.* Cartea Universitară, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C .(2014). *Introducere în dansurile standard.* Editura Ars Docendi, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Introducere în dansurile latino.* Editura Ars Docendi, Bucureşti			
Cosma, G., & Nanu, M.C. (2014). *Dans.* Ed.Sitech, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Cerinţele cursului şi organizarea colectivului	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Structuri de exerciţii pe teme ritmice diferite			2
Elemente de ţinută şi execuţie artistică din baletul clasic			2
Dans sportiv – secţiunea standard – vals vienez, tango, vals lent			10
Dans sportiv – secţiunea latino – samba, cha-cha, jive			10
Evaluare			2
Bibliografie:			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Vals vienez.* Ed. Ars Docendi, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Tango.* Ed. Ars Docendi, Bucureşti			
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Vals lent.* Ed. Ars Docendi, Bucureşti			

Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Cha-cha-cha*, Ed. Ars Docendi. Bucureşti
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Introducere în dansurile standard.* Editura Ars Docendi, Bucureşti
Mihaiu, F., & Mihaiu, C. (2014). *Introducere în dansurile latino.* Editura Ars Docendi, Bucureşti

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al dansului spotiv, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	50%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea mijloacelor specifice dansului sportiv şi a particularităţilor de predare ale acestora Stăpânirea terminologiei specifice dansului sportiv			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
CENTRUL UNIVERSITAR DROBETA TURNU SEVERIN
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURĂ DE SPORT - JUDO				
2.2. Titularul activităților de curs			Lect.univ.dr Popa Marian Gabriel				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Lect.univ.dr Popa Marian Gabriel				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DO

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					
Examinări					4
Alte activități.....					
3.7. Total ore studiu individual					**69**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul și internet
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de judo dotată cu tatami și costume de judo

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică regulamentul sporturilor de combat judo, lupte, tehnicile de bază, strategiile şi echipamentul utilizat.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul executa corect procedeele specifice din sporturile de combat judo, lupte, pentru a maximiza eficienţa pregătirii.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul:evaluează performanţa participanţilor şi face ajustări la programele de antrenament în funcţie de progresul şi feedback-ul primit..

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1.Repere istorice ale dezvoltării jodo-ului ca ramură sportivă Valenţe educative ale judo-ului.	faţă în faţă	prelegere	2
2.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a căderilor			4
3.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a poziţiilor de gardă			4
4.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a prizelor, dezechilibrărilor şi intrărilor			4
5.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a deplasărilor pe saltea			4
6.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a procedeelor din stând – procedee de picior, de şold, de umăr şi de sacrificiu			4
7.Tehnica de execuţie şi metodica de învăţare a procedeelor la sol: tehnica de imobilizare, de strangulare, articulară. .			4
8.Noţiuni privind regulamentul de concurs			2

Bibliografie

1. Hantău, I. (1996). *Manual de judo.* EDP, Bucureşti
2. Cotelet, V., Popovici, V.I., & Hantău, I. (1990). *Istoricul şi tehnica judo-ului.* Ed. IEFS
3. Ţăpurin, D. (1996). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova
4. Ţăpurin, D. (2008). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Exerciţii speciale de cădere. învăţarea şi perfecţionarea procedeelor tehnice din Kyurile V-III.	faţă în faţă	explicaţia demonstraţia	2
KYUL V; NAGE-WAZA; DE-ASHI-BARDI; HIZA-GURUMA; SASAE-TSUKI-KOMI-ASHI; UKI-GOSHI; O-SOTO-GARI; O-GOSHI; O-UCHI-GARI; SEOI-NAGE.			2
NE-WAZA; KESA-GATAMA; GATA-			2

GATAME; KAMI-SHIHO-GATAME; KUSURE-KAMI-SHIHO-GATAME.			
KYUL IV; NAGE-WAZA; KO-SOTO-GARI; KO-UCHI-GARI; KOSHI-GURUMA; TSURI-KOMI-GOSHI; OKURI-ASHI-BARAI; TAI-OTOSHI; HARAI-GOSHI; UCHI-MATA.			2
OSAEKOMI-WAZA; GYAKU-KESA-GATAME; YOKO-SHIHO-GATAME; MUNE-GATAME.			2
SHIME-WAZA; GYAKU-JUJI-JIME; KATA-JUJI-JIME.			2
KANSETSU-WAZA; UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME; UDE-GATAME; UDE-HISHIGI.			2
KYUL III; NAGE-WAZA; KO-SOTO-GAKE; TSURI-GOSHI; YOKO-OTOSHI; ASHI-GURUMA; HANE-GOSHI; KARAI-TSURI-KOMI-ASHI; TOMOE-NAGE; KATA-GURUMA.			2
OSAEKOMI-WAZA; TATE-SHIHO-GATAME; KUZURE-KESA-GATAME; KATA-OSAE-GATAME; SHIME-WAZA; YOKO-JUJI-JIME; USHIRO-JIME; OKURI-ERI-JIME; KATA-HA-JIME; HADAKA-JIME; TOMCE-JIME; ERI-JIME; KENSUI-JIME.			2
KANSETSU-WAZA; YOKO-JIZA-GATAME; KAMI-U-H-J-GATAME; UDE-HISHIGI-HENKA-WAZA.			2
Aplicaţii şi pregătirea pentru trecerea probelor şi normelor de control.			4
Aplicaţii în condiţii de angajare regulamentară folosind procedeele tehnice şi combinaţiile tehnico-tactice învăţate.			4

Bibliografie

1. Hantău, I. (1996). *Manual de judo.* EDP, Bucureşti
2. Cotelet, V., Popovici, V.I., & Hantău, I. (1990). *Istoricul şi tehnica judo-ului*, Ed. IEFS.
3. Ţăpurin, D. (1996). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova
4. Ţăpurin, D. (2008). *Judo.* Ed. Sitech, Craiova

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului formativ al judoului, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Cunoaşterea metodicii de predare a procedeelor specifice şi a regulamentului de concurs	examen	50%

9.5. Seminar/laborator	Execuţia corectă a elementelor şi procedeelor tehnice pentru proba practică Punerea în practică în timpul luptei a elementelor şi procedeelor tehnice învăţate	evaluare practică; observaţie sistematică.	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea şi aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative şi a structurilor de exerciţii specifice practicării judo-ului.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Popa Marian Gabriel

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei				STAGIU DE PRACTICĂ ÎN BAZE DE AGREMENT			
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților aplicative				Conf.univ.dr. Brabiescu Călinescu Luminița			
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	V	2.7 Regimul disciplinei (obligativitate)	DOB

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 din care: curs		3.3 seminar /laborator/proiect	3
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs		3.6 seminar /laborator/proiect	42
Distribuția fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					3
Tutoriat					
Examinări					1
Alte activități: consultații, cercuri studențești					
3.7. Total ore activități individuale					8
3.8.Total ore pe semestru					50
3.9. Numărul de credite					2

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/ laboratorului/proiectului	Baze de agrement din zonă

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

6. OBIECTIVELE DISCIPLINEI - REZULTATE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII LA FORMAREA CĂRORA CONTRIBUIE PARCURGEREA ȘI PROMOVAREA DISCIPLINEI

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Este familiarizat cu sistemul educațional și metodologiile didactice. Explică structurile și funcționarea bazelor de agrement, tipurile de activități disponibile și reglementările de siguranță.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: Aplică tehnicile didactice în practică, gestionează un grup de elevi. Demonstrează abilități acvatice în diverse procedee de înot, adaptează exercițiile la nivelul participanților.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Gestionează timpul și a resursele didactice în cadrul stagiului. Evaluează feedback-ul participanților și propune îmbunătățiri pentru activitățile desfășurate. Descrie managementul unei baze de agrement, inclusiv organizarea de evenimente și gestionarea diverselor activități recreaționale. Planifică și gestionează lecțiile asigurând buna desfășurare.

7. CONȚINUTURI

7.1Curs (unități de conținut)	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Nr ore
7.2 Activități aplicative (subiecte/teme)			
Jogging - activitate sportivă practicată în aer liber	față în față	explicație, demonstrație	6
Minifotbal – activitate sportivă practicată în baze de agrement cu teren sintetic			6
Plimbarea în aer liber – drumeția – activitate practicată în parcuri sau în zone de padure pe trasee marcate și semnalizate corespunzător			6
Activități de stretching și mobilitate în aer liber			6
Activități de gimnastică de întreținere pentru adulți și vârstnici			6
Activități de relaxare activă și educație pentru un stil de viață sănătos			6
Activități recreative cu caracter competițional (ștafete, concursuri sportive)			6

8. COROBORAREA CONȚINUTURILOR DISCIPLINEI CU AȘTEPTĂRILE REPREZENTANȚILOR COMUNITĂȚII EPISTEMICE, ASOCIAȚIILOR PROFESIONALE ȘI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Disciplina oferă studenților modelul practicării și sau organizării unor activități practice ce îi pot deservi atât în viața profesională cât și în viața practică

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs			
9.5. Activități aplicative	Participare activă și implicare în activitățile practice.	elaborarea unui portofoliu	100%
9.6. Standard minim de performanță			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Brabiescxu Călinescu Luminița

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			ACTIVITĂȚI MOTRICE ADAPTATE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Lect.univ.dr. Shaao Mirela				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Lect.univ.dr. Shaao Mirela				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	48	din care: 3.5 curs	24	3.6. seminar/laborator	24
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					77
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					5
3.7. Total ore studiu individual					**77**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• Sală de curs cu dotări specifice (laptop, videoproiector, internet).
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	• Sală de sport cu dotări specifice ramurilor/probelor sportive adaptate.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial, inclusiv în aria activităților motrice adaptate. Definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice. Explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional incluziv.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul Clasifică formele de organizare și practicare a activității de educație fizică și sport și integrează ramurile educație fizică adaptată și sport adaptat. Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului, inclusiv particularitățile dezvoltării pentru fiecare tip de deficiență. Integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciții aplicabile în aria activităților motrice adaptate. Selectează metode de predare și evaluare adecvate obiectivelor de instruire. Utilizează metodele de predare în acord cu conținuturile programelor de instruire.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicare a acestuia. Selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale practicanților. Creează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire/performanță urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților. Alege variante de predare adecvate contextului educațional. Adaptează metodele de predare în funcție de particularitățile practicanților exercițiilor fizice.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Domeniul de studiu, actualități și perspective în activitățile motrice adaptate. Activitățile motrice adaptate în cadrul strategiei naționale și comunitare privind persoanele cu dizabilități. Delimitări conceptuale - precizări terminologice.	Față în față	Prelegerea, explicația, descrierea, conversația.	2
2. Particularitățile învățării motrice la persoanele cu deficiențe. Reînvățarea motrică. Obiectivele, cadrul instituțional, echipa de specialiști, proiectarea instruirii, principiile didactice, metodele de instruire și modalitățile de organizare a exersării în activitățile motrice adaptate.			2
3. Repere metodice în proiectarea activității și pregătirea sportivilor de performanță cu dizabilități. Obiectivele sportului adaptat. Principiile antrenamentului sportiv la persoanele cu dizabilități. Componentele antrenamentului sportiv la persoanele cu dizabilități. Forma sportivă.			4
4. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de auz. Particularitățile dezvoltării persoanelor cu deficiențe de auz. Consecințe			4

privind organizarea și conducerea activităților motrice adaptate. Obiectivele și conținutul activităților motrice adaptate. Sistemul competițional adaptat persoanelor cu deficiențe de auz.			
5. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de vedere. Particularitățile dezvoltării persoanelor cu deficiențe de vedere. Consecințe privind organizarea și conducerea activităților motrice adaptate. Obiectivele și conținutul activităților motrice adaptate. Sistemul competițional adaptat persoanelor cu deficiențe de vedere.			4
6. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu dizabilități intelectuale. Particularitățile dezvoltării persoanelor cu dizabilități intelectuale. Consecințe privind organizarea și conducerea activităților motrice adaptate. Obiectivele și conținutul activităților motrice adaptate. Sisteme competiționale adaptate persoanelor cu dizabilități intelectuale.			4
7. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe motorii. Particularitățile dezvoltării persoanelor cu deficiențe motorii. Consecințe privind organizarea și conducerea activităților motrice adaptate. Obiectivele și conținutul activităților motrice adaptate. Sistemul competițional adaptat persoanelor cu deficiențe motorii.			4

Bibliografie:

1. Bălan, V. (2018). *Activități motrice adaptate. Note de curs*. Discobolul.
2. Deaflympics. (2025). Sports. Regulations. https://www.deaflympics.com/
3. Ilinca, I. (2009). *Sportul adaptat la persoanele cu dizabilități*. Universitaria
4. Internațional Paralympic Committee. (2025). Sports. *Regulations*. https://www.paralympic.org/
5. Moanță, A., Bălan, V., Bejan, R., Geambașu, A., & Grigore, A. (2006). *Activități competiționale la copii cu deficiențe mintale*. Cartea Universitară.
6. Shaao, M. (2025). *Activități motrice adaptate. Note de curs* [format electronic]. https://classroom.google.com
7. Special Olympics. (2025). *Sports*. https://www.specialolympics.org/
8. Teodorescu, S., Bota, A., & Stănescu, M. (2003). *Educație fizică și sport adaptat: pentru persoanele cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizate social*. Semne.
9. Teodorescu, S., & Bota, A. (2007). *Educație fizică și sport adaptat pentru persoane cu deficiențe motorii*. Printech.
10. Winnick, P.J. (2005). *Adapted Physical Education and Sport*. Human Kinetics.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Persoana cu dizabilități – beneficiară a educației prin mișcare. Particularitățile învățării și reînvățării motrice. Modalități de organizare a exersării în activitățile motrice adaptate.	Față în față	Explicația, descrierea, observația, demonstrația, exersarea, evaluarea învățării.	4
2. Repere practico-metodice în proiectarea activității și pregătirea sportivilor de performanță cu dizabilități.			4
3. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de auz. Activități sportive specifice și			4

ramuri de sport adaptat - conținuturi și regulamente de organizare și desfășurare a competițiilor. Aplicații: conceperea/prezentarea unor sisteme de acționare specifice; organizarea și conducerea competițiilor sportive.			
4. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de vedere. Activități sportive specifice și ramuri de sport adaptat - conținuturi și regulamente de organizare și desfășurare a competițiilor. Aplicații: conceperea/prezentarea unor sisteme de acționare specifice; organizarea și conducerea competițiilor sportive.			4
5. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu dizabilități intelectuale. Activități sportive specifice și ramuri de sport adaptat - conținuturi și regulamente de organizare și desfășurare a competițiilor. Aplicații: conceperea/prezentarea unor sisteme de acționare specifice; organizarea și conducerea competițiilor sportive.			4
6. Activități motrice adaptate pentru persoanele cu deficiențe motorii. Activități sportive specifice și ramuri de sport adaptat - conținuturi și regulamente de organizare și desfășurare a competițiilor. Aplicații: conceperea/prezentarea unor sisteme de acționare specifice; organizarea și conducerea competițiilor sportive.			4

Bibliografie:

1. Bălan, V. (2018). *Activități motrice adaptate. Note de curs*. Discobolul.
2. Comitetul Paralimpic Român. (2025). *Sporturi. Regulamente*. https://www.paralimpicromania.ro/
3. European Deaf Sport Organization. *Sports. Regulations*. (2025). https://www.edso.eu/
4. Ilinca, I. (2009). *Sportul adaptat la persoanele cu dizabilități*. Universitaria.
5. Shaao, M. (2025). *Activități motrice adaptate. Note de curs* [format electronic]. https://classroom.google.com
6. Special Olympics România. *Sporturi adaptate. Programe*. (2025). http://specialolympics.ro/
7. Teodorescu, S., Bota, A., & Stănescu, M. (2003). *Educație fizică și sport adaptat: pentru persoanele cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizate social*. Semne.
8. Teodorescu, S., & Bota, A. (2007). *Educație fizică și sport adaptat pentru persoanele cu deficiențe motorii*. Printech.

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al activităților motrice adaptate, în concordanță cu cerințele profesiei prevăzute în RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen oral	70%
9.5. Seminar/laborator	Capacitatea de a proiecta, organiza și conduce secvențe de lecție cu conținut adaptat. Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică. Observație sistematică.	30%

9.6. Standard minim de performanţă
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei reflectată în cadrul evaluării finale (examen oral). Capacitatea de a proiecta, organiza şi conduce o secvenţă de lecţie cu conţinut adaptat (evaluare practică).

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Lect.univ.dr. Shaao Mirela

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educaţie Fizică şi Sport
1.3. Departamentul	Teorie şi Metodică a Activităţilor Motrice
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licenţă-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învăţământ cu frecvenţă
1.7. Programul de studii	Educaţie Fizică şi Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			EXPRESIE CORPORALĂ ŞI EURITMIE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Prof.univ.dr. Cosma Germina-Alina				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Badea Daniela				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	36	din care: 3.5 curs	12	3.6. seminar/laborator	24
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					89
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					25
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activităţi					12
3.7. Total ore studiu individual					**89**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 de competenţe	

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dans/gimnastică, sistem audio

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: explică conceptele fundamentale ale expresiei corporale și euritmiei; descrie rolul expresivității motrice în educația fizică și sport; identifică relația dintre mișcare, muzică, ritm și expresie.
Aptitudini (Abilități)	Studentul/Absolventul: execută structuri motrice expresive adaptate cerințelor educaționale; utilizează elemente de ritm, muzicalitate și coordonare în mișcare; creează secvențe motrice și coregrafice simple cu caracter expresiv.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: planifică și conduce activități de expresie corporală; adaptează conținuturile în funcție de nivelul și particularitățile participanților; manifestă creativitate, inițiativă și autonomie în realizarea programelor motrice.

7. Conținuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Introducere în expresia corporală și euritmie. Definiții și rol educativ	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz.	1
Corpul ca instrument de expresie. Conștiința corporală			1
Conținutul pregătirii de expresie corporală			1
Ritm, tempo și structură muzicală			1
Relația mișcare–muzică–spațiu			1
Elemente de bază ale euritmiei			2
Expresivitatea motrică și comunicarea nonverbală			2
Creativitatea în mișcare			2
Aplicabilitatea expresiei corporale în educația fizică și sport			1

Bibliografie:

1. Beattie, G. (2016). *Rethinking Body Language: How Hand Movements Reveal Hidden Thoughts*. New York. Routledge
2. Cafaro, F., & Roberts, J. (2021). *Theoretical Foundations Embodiment. In Data through Movement: Designing Em-bodied Human-Data Interaction for Informal Learning* (pp. 16-32). Cham: Springer International Publishing.
3. Cosma, G. (2020). *Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii – ritmică*. Craiova. Editura Universitaria.
4. Clughen, L. (2024). 'Embodiment is the future': What is embodiment and is it the future paradigm for learning and teaching in higher education?. *Innovations in Education and Teaching International*, 61(4), 735-747.
5. Dick, N., Archetti, E. (2020). *Sport, Dance and Embodied Identities*. New York. Routledge.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfășurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Exerciții de conștientizare corporală	Onsite	Prelegerea, explicația, demonstrația, studiul de caz	2
Jocuri și teme de expresie (mimă, elemente de improvizație în situații date)			2
Structuri motrice pe suport muzical			2
Modalități de exprimarea unor idei prin mișcare			2
Modalități de exprmarea unor atitudini și sentimente prin			2

intermediul mişcărilor corporale.			
Tehnica limbajului corporal			2
Geometria corpului-figuri în spaţiu			2
Elaborarea unor secvenţe expresive individuale şi de grup			4
Elemente de comunicare nonverbală în situaţii cerute			2
Euritmia pedagógica şi scenică			2
Verificarea cunoştinţelor practico-metodice. Abilităţi de alcătuire a unor coregrafii pe teme date.			2

Bibliografie:

1. Beattie, G. (2016). *Rethinking Body Language: How Hand Movements Reveal Hidden Thoughts*. New York. Routledge
2. Cafaro, F., & Roberts, J. (2021). *Theoretical Foundations Embodiment. In Data through Movement: Designing Em-bodied Human-Data Interaction for Informal Learning* (pp. 16-32). Cham: Springer International Publishing.
3. Cosma, G. (2020). *Teoria şi practica în ramuri ale gimnasticii – ritmică*. Craiova. Editura Universitaria.
4. Clughen, L. (2024). 'Embodiment is the future': What is embodiment and is it the future paradigm for learning and teaching in higher education?. *Innovations in Education and Teaching International*, 61(4), 735-747.
5. Dick, N., Archetti, E. (2020). *Sport, Dance and Embodied Identities*. New York. Routledge.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conţinuturile disciplinei sunt corelate cu orientările actuale ale comunităţii epistemice din domeniul Educaţiei Fizice şi Sportului şi cu cerinţele mediului profesional, contribuind la formarea competenţelor necesare utilizării expresiei corporale şi euritmiei ca mijloace educaţionale, artistice şi formative. Disciplina sprijină dezvoltarea creativităţii, expresivităţii şi comunicării nonverbale, competenţe apreciate în activitatea didactică, sportivă şi recreativă.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Înţelegerea conceptelor de bază, participarea la discuţii	examen scris	50%
9.5. Seminar/laborator	Executarea tehnică adecvată a exerciţiilor specifice. Participare activă şi implicare în activităţile practice.	evaluare practică observaţie sistematică	50%
9.6. Standard minim de performanţă			
Obţinerea notei 5 prin acumularea a minimum 50% din punctaj, demonstrând cunoaşterea noţiunilor esenţiale şi capacitatea de aplicare practică a elementelor gimnasticii de bază.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof.univ.dr. Germina-Alina Cosma
Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
1.09.2025

Director de departament,
Conf. univ.dr. Marian Costin Nanu
Semnătura directorului de departament,
.....

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Activități motrice de timp liber - badminton				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf. Univ. Dr. Lică Eliana				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Conf. Univ. Dr. Lică Eliana				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOP

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	36	din care: 3.5 curs	12	3.6. seminar/laborator	24
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					89
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					30
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi					15
3.7. Total ore studiu individual					89
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competenţe	-

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu internet şi calculator
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului/proiectului	Sală dotată cu aparatura specifică (fileu, rachete, fluturaşi)

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: - înţelege principiile tehnice ale badmintonului , cunoaşterea echipamentului.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: - Are abilitatea de a executa procedee specifice badmintonului şi de a le adapta la diferite condiţii
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: - Are capacitatea de a transmite noţiuni specifice precum: gestionarea echipamentului şi respectarea regulilor privind utilizarea echipamentului .

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Istoric - oficializarea jocului de badminton - competiţii internaţionale mai importante - badminton-ul în România	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	2
2. Notiuni de regulament. Echipament, teren şi instalaţii, reguli de joc şi arbitraj. Terminologie			2
3. Locul şi rolul badmintonului în sistemul mijloacelor educaţiei fizice şi sportului şcolar fazele de joc alternativ şi momentele lor (loviturile pregătitoare) fazele de joc decisiv şi momentele lor (atac, topspin, retopspin, apărare)			2
4. Tehnica jocului de badminton			2
5. Sistematizarea elementelor şi procedeelor tehnice de lovire a mingii			2
7. Tactica în jocul de badminton			2
Bibliografie:			
Marcu, V. (1989). Badminton, Ed. Sport-Turism, Bucureşti Ochiană, N. (2006). Orientarea şi selecţia iniţială în tenis de masă - noţiuni introductive, Ed. Tehnopress, Iaşi Stroe, C.A., Dragomir, M. (2003). Badminton – curs, Reprografia Universităţii din Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Tehnica de bază a jocului de badminton: acomodarea cu materialele de joc (racheta, fluturaşul, suprafaţa de joc); acţiunea articulaţiei pumnului şi a antebraţului; priza rachetei; poziţia fundamentală şi deplasarea în teren; jocul de picioare (aşezarea la minge) specific loviturilor de bază; lovitura de dreapta (de jos, din lateral, de deasupra umărului drept, de deasupra capului) de pe loc, cu deplasare; lovitura de stânga (de jos, din lateral, de sus) de pe loc, cu deplasare; lovitura de la piept; serviciul - cu lovitura de stânga, cu lovitura de dreapta.	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	6
Tactica de bază a jocului de simplu : utilizarea corectă a loviturilor, direcţiilor lungimii şi traiectoriilor imprimate mingii; fazele de joc fix şi momentele lor (serviciul şi returul); fazele de joc alternativ şi momentele lor (schimbul de lovituri) cu finalizare punctului.			6

Abilităţi de alcătuire a unor sisteme de acţionare adaptate în concordanţă cu obiectivele urmărite.			6
7. Evaluare			6
Bibliografie:			
Marcu, V. (1989). Badminton, Ed. Sport-Turism, Bucureşti Ochiană, N. (2006). Orientarea şi selecţia iniţială în tenis de masă - noţiuni introductive, Ed. Tehnopress, Iaşi Stroe, C.A., Dragomir, M. (2003). Badminton – curs, Reprografia Universităţii din Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării şi aplicării conţinutului badmintonului, corespunzatoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activităţi aplicative	Participare activă şi implicare în activităţile practice.	Evaluare practică Observaţie sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei Selectarea şi adaptarea corectă a mijloacelor specifice badmintonului în programele de lucru.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Lică Eliana

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			GIMNASTICA AEROBICĂ DE ÎNTREȚINERE				
2.2. Titularul activităţilor de curs			Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin				
2.3. Titularul activităţilor de seminar/ laborator			Asist.univ.dr. Simion Alexandru				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOP

3. Timpul total estimat (ore pe semestru a activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	36	din care: 3.5 curs	12	3.6. seminar/laborator	24
Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.					89
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activităţi					15
3.7. Total ore studiu individual					**89**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. PRECONDIŢII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Promovarea disciplinei Gimnastică de bază
4.2 de competenţe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea şi demonstrarea sistemelor operaţionale specifice domeniului şi predării gimnasticii aerobice de întreținere Conceperea şi prezentarea unor sisteme de acţionare specifice gimnasticii aerobice de întreținere

5. CONDIŢII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	Sală dotată cu tehnică de calcul
5.2. de desfăşurare a seminarului/ laboratorului	Sală dotată cu sistem audio

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică şi înţelege tehnicile şi principiile fiecărei ramuri de gimnastică, reguli de competiţie
Aptitudini (Abilităţi)	Execută exerciţii complexe şi creează programe individualizate în funcţie de nevoile şi caracteristicile individuale şi de grup.
Responsabilitate şi autonomie	Planifică şi gestionează lecţiile asigurând buna desfăşurare. Are capacitatea de a evalua progresul participanţilor şi de a adapta programele de exerciţii. Dezvoltă un program personalizat şi evaluează progresului.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Gimnastica aerobică - Delimitări conceptuale.	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
2. Istoricul gimnasticii aerobice de întreţinere			1
3. Mijloacele gimnasticii aerobice de întreţinere.			2
4. Conţinutul lecţiei de gimnastică aerobică de întreţinere şi modalităţi de alcătuire a programelor de gimnastică aerobică			2
5. Efortul în gimnastica aerobică			1
6. Avantajele practicării sistematice a gimnasticii aerobice de întreţinere			1
7. Noţiuni de teorie muzicală.			1
8. Principii de desfăşurare a lecţiilor de gimnastică aerobică de întreţinere			1
9. Gimnastica aerobică de întreţinere în cadrul subsistemelor educaţie fizică şi sportul pentru toţi			1
10. Gimnastica aerobică de întreţinere – mijloc al educaţiei fizice şcolare			1

Bibliografie:

1. Nanu, M.C., & Cosma, G.A. (2014). *Dans şi gimnastica aerobică în curriculum la decizia şcolii.* Editura Sitech, Craiova
2. Nanu, M.C. (2009). *Gimnastica aerobică – mijloc de optimizare a condiţiei fizice.* Editura Universitaria, Craiova
3. Nanu, M.C. (2009). *Particularităţile pregătirii fizice în sportul aerobic.* Editura Sitech, Craiova
4. Orţănescu, D., Nanu, M.C., & Cosma, G. (2007). *Aerobic – Metodica predării.* Editura Universitaria, Craiova

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Exerciţiile din gimnastica de bază folosite în gimnastica aerobică de înteţinere	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea,	2

2. Pașii specifici gimnasticii aerobice de întreținere		observația, demonstrația, exersarea, evaluarea învățării.	4
3. Combinații de pași în 8T, 16T, 32T			4
4. Program de gimnastică aerobică de dificultate mică			4
5. Program de gimnastică aerobică de dificultate medie			4
6. Program de gimnastică aerobică de dificultate mare			4
7. Evaluare			2
Bibliografie:			
1. Nanu, M.C., & Cosma, G.A. (2014). *Dans și gimnastica aerobică în curriculum la decizia școlii.* Editura Sitech, Craiova			
2. Nanu, M.C. (2009). *Gimnastica aerobică – mijloc de optimizare a condiției fizice.* Editura Universitaria, Craiova			
3. Nanu, M.C. (2009). *Particularitățile pregătirii fizice în sportul aerobic.* Editura Sitech, Craiova			
4. Orțănescu, D., Nanu, M.C., & Cosma, G. (2007). *Aerobic – Metodica predării.* Editura Universitaria, Craiova			

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

Prin conținutul său, disciplina formează competențe specifice predării și aplicării conținutului formativ al gimnasticii, corespunzatoare cerințelor profesiei prevăzute RNCIS, COR și EQF

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	70%
9.5. Activități aplicative	Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	30%
9.6. Standard minim de performanță			
Cunoașterea mijloacelor gimnasticii aerobice de întreținere și a particularităților de predare ale acestora Stăpânirea terminologiei specifice gimnasticii aerobice de întreținere			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr. 46, 200177,
tel: +40 251 422 743, **e-mail:** secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	36	din care: 3.5 curs	24	3.6. seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					89
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					25
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități.....					-
3.7. Total ore studiu individual					89
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Numărul de credite					5

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 dotată cu tablă, sistem de videoproiecție și calculator; • conexiune Internet.
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• sală dotată cu tablă, sistem de videoproiecție și calculator; • conexiune Internet.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Cunoaşte principiile etice şi normele de integritate academică relevante pentru cercetarea sportivă.
Aptitudini (Abilităţi)	Studentul/Absolventul: Are capacitatea de a aplica principiile etice în activităţi academice şi profesionale.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Are abilitatea de a promova valori etice şi de a gestiona dilemele morale în mediul sportiv şi educaţional.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Etică si integritate academică – concept, definiţii, tipuri, principii.	faţă în faţă	prelegere	2
2. Etica în activitatea didactică.			2
3. Standarde de integritate în învăţământ – codurile etice.			2
4. Etica în cercetarea ştiinţifică. Coduri de etică, comisii. Standarde privind întocmirea lucrărilor cu caracter ştiinţific.			4
5. Plagiatul – legislatie, forme de combatere, criterii de detectare, soft-uri specializate. Autoplagiatul.			4
6. Fabricarea datelor. Fraude ştiinţifice.			4
7. Etica publicării.			4
8. Consimţământul informat. Cercetarea pe subiecţi umani.			2

Bibliografie:

1. Sandu, A., Popoveniuc, B. (coord.) (2018). *Etică şi integritate în educaţie şi cercetare*. Bucureşti.
2. Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureşan, V., & Constantinescu, M. (2018). *Etică şi integritate academică.* Editura Universităţii din Bucureşti.
3. Şercan E. (2017). *Deontologie academică. Ghid practic.* Editura Universităţii din Bucureşti.
4. Ştefan, E. (2018). *Etică şi integritate academică: curs universitar*. Pro Universitaria.
5. Tabacu, A. (2023). *Etică, integritate şi reguli de conduită în mediul universitar. Note de curs.* Universul Juridic.

Referinţe suplimentare:

- Legislaţie şi acte normative relevante pentru etică, deontologie şi cercetare.

7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
1. Etică si integritate academică – concept, definiţii, tipuri, principii.	faţă în faţă	explicaţia, conversaţia dezbaterea, dialogul, expunerea, demonstraţia, exemplificarea	1
2. Etica în activitatea didactică.			1
3. Standarde de integritate în învăţământ – codurile etice.			1
4. Etica în cercetarea ştiinţifică. Coduri de etică, comisii.			2

Standarde privind întocmirea lucrărilor cu caracter științific.			
5. Plagiatul – legislatie, forme de combatere, criterii de detectare, soft-uri specializate. Autoplagiatul.			2
6. Fabricarea datelor. Fraude științifice.			2
7. Etica publicării.			2
8. Consimțământul informat. Cercetarea pe subiecți umani.			1

Bibliografie:

1. Sandu, A., Popoveniuc, B. (coord.) (2018). *Etică și integritate în educație și cercetare*. București.
2. Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureșan, V., & Constantinescu, M. (2018). *Etică şi integritate academică.* Editura Universităţii din Bucureşti.
3. Șercan E. (2017). *Deontologie academică. Ghid practic*. Editura Universității din București.
4. Ștefan, E. (2018). *Etică și integritate academică: curs universitar*. Pro Universitaria.
5. Tabacu, A. (2023). *Etică, integritate și reguli de conduită în mediul universitar. Note de curs.* Universul Juridic.

Referințe suplimentare:

- Legislație și acte normative relevante pentru etică, deontologie și cercetare.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Cursul corespunde nevoilor comunității academice de a se asigura o conduită etică și riguroasă în realizarea cercetării academice și a lucrărilor științifice de către studenții înscriși la studii universitare de licență. Conținutul este corelat cu cel al cursurilor cu titluri similare, predate la universități europene de prestigiu.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	- asimilarea corectă a noțiunilor predate; - o înţelegere de ansamblu a importanţei disciplinei studiate şi a legăturii cu celalalte discipline; - coerenţa logică; - gradul de asimilare a limbajului de specialitate.	Examen scris	70%
9.5. Seminar/laborator	- însușirea noțiunilor, conceptelor, problematicii predate la curs și aplicarea acestora în practică;	Observarea curentă Eșantionarea activității – teme pentru acasă	30%
9.6. Standard minim de performanţă			
- însuşirea corectă a noţiunilor teoretice de bază; aplicarea acestora în realizarea cercetării academice şi a lucrărilor ştiinţifice.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Prof. univ. dr. Cernăianu Sorina
Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin
Semnătura directorului de departament,
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE
Craiova, Str. Brestei, nr.46, 200177,
tel: +40 251 422 743, e-mail: secretariat.sport@ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Teorie și Metodică a Activităților Motrice
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii universitare	Licență-ciclul I
1.6. Forma de organizare	Învățământ cu frecvență
1.7. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			TEORIA ȘI PRACTICA ÎN RAMURI SPORTIVE - SCRIMĂ				
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. Univ. Dr. Forțan Cătălin Ionuț				
2.3. Titularul activităților de seminar/ laborator			Conf. Univ. Dr. Forțan Cătălin Ionuț				
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DOB

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	48	din care: 3.5 curs	24	3.6. seminar/laborator	24
Distribuția fondului de timp - ore/sapt.					77
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					30
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					5
3.7. Total ore studiu individual					**77**
3.8. Total ore pe semestru					**125**
3.9. Numărul de credite					**5**

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Nu este cazul.
4.2 de competențe	Utilizarea adecvată a terminologiei specifice domeniului Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice domeniului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector.
5.2. de desfășurare a seminarului/	Sală de sport, materiale si echipamente specifice scrimei.

laboratorului/proiectului	

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul explică regulamentul sporturilor de combat judo, lupte, scrimă, tehnicile de bază, strategiile şi echipamentul utilizat.
Aptitudini (Abilităţi)	Executa corect procedeele specifice din sporturile de combat judo, lupte, scrimă pentru a maximiza eficienţa pregătirii.
Responsabilitate şi autonomie	Evaluează performanţa participanţilor şi face ajustări la programele de antrenament în funcţie de progresul şi feedback-ul primit.

7. Conţinuturi

7.1. CURS	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Evoluţia scrimei de performanţă pe plan mondial şi naţional. Locul scrimei, în sistemul complex al disciplinelor ce constituie educaţia fizică şi sportul.	Faţă în faţă	Prelegerea, explicaţia, descrierea, conversaţia.	1
Probleme de terminologie şi clasificare a procedeelor tehnico-tactice în problele de scrimă, specifice fiecărei arme. Elemente particulare specifice diferitelor şcoli de scrimă recunoscute, noutăţi apărute.			1
Sistemul competiţional în scrimă			1
Noţiunile fundamentale ale tehnicii, definiţii, clasificări, procedee tehnico-tactice de bază pentru cele trei arme.			4
Reguli de arbitraj. Modificări aduse de F.I.E. Elemente specifice care determină deosebirile dintre probe.			2
Verificarea cunoştinţelor practico-metodice. Abilităţi de alcătuire a unor sisteme de acţionare adaptate în concordanţă cu obiectivele urmărite.			2
Prestare de arbitraj pe probe			2
Aspecte practico-metodice privind pregătirea pentru concurs			1
- Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la floretă. Poziţii, parăzi, angajamente, acţiuni pe lamă. Loviturile simple şi compuse în atac şi apărare.			2
Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la sabie. Poziţii, acţiuni pe lamă, loviturile de împungere, loviturile de tăiere (la cap, piept, flanc). Acţiuni ofensive şi defensive specifice armei.			2
Bazele tehnico-tactice ale braţului înarmat la spadă. Particularităţi ale poziţiei deplasărilor pe planşă a loviturilor pe toată suprafaţa corpului. Acţiuni pe lamă specifice armei.			2
Specificul acţiunilor tehnico-tactice ale scrimerului în			2

timpul asalturilor din concursuri.			
Consolidarea procedeelor tehnico- tactice de atac şi apărare folosind lecţia individuală cu antrenorul şi exerciţiile convenţionale.			2
Bibliografie:			
Achim, Ş. (2002). *Planificarea în pregătirea sportivă.* Editura EX PONTO, Bucureşti			
Ciortea, A., & Poenaru, S. (2002). *Pregatirea fizica a scrimerilor de performanta.* Editura Pritech, Bucuresti.			
Dragnea A., & Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* Editura FEST, Bucureşti			
Forţan, C. (2007). *Caiet de lucrări practice scrimă.* Editura Universitaria,Craiova			
Forţan, C. (2012). *Optimizarea Procesului de Pregătire la Scrimă Începători.* Editura Sitech, Craiova			
7.2. Seminar/laborator	Modalitatea de desfăşurare	Metode de predare	Fond de timp alocat (ore)
Sistemul algoritmilor pentru însuşirea elementelor de bază ale deplasărilor simple şi compuse, ale poziţiilor braţului înarmat	Faţă în faţă	Explicaţia, descrierea, observaţia, demonstraţia, exersarea, evaluarea învăţării.	2
Elementele de bază ale poziţiilor braţului înarmat, a deplasărilor simple şi compuse. Învăţarea combinaţiilor procedeelor de deplasare în vederea asigurării distanţei optime de acţiune, menţionând poziţia de gardă stabilă şi echilibrată			4
Angajamente, schimbări simple şi duble de angajament în toate liniile de scrimă			4
Atacurilor simple şi apărarea împotriva lor prin parăzi drepte sau circulare, a ripostelor simple de pe loc şi cu fandare			4
Atacurilor cu o fentă şi lovitură, şi a apărării împotriva lor prin parăzi drepte, circulare şi semicirculare			4
Exerciţii specifice pentru perfecţionarea vitezei de reacţie şi execuţie, dezvoltarea mobilităţii articulare, îmbunătăţirea rezistenţei specifice			4
Verificarea cunoştinţelor practico-metodice. Abilităţi de alcătuire a unor sisteme de acţionare adaptate în concordanţă cu obiectivele urmărite.			2
Bibliografie:			
Achim, Ş. (2002). *Planificarea în pregătirea sportivă.* Editura EX PONTO, Bucureşti			
Ciortea, A., Poenaru, S. (2002). *Pregatirea fizica a scrimerilor de performanta.* Editura Pritech, Bucuresti.			
Dragnea, A., & Mate-Teodorescu, S. (2002). *Teoria sportului.* Editura FEST, Bucureşti			
Forţan, C. (2007). *Caiet de lucrări practice scrimă.* Editura Universitaria,Craiova			
Forţan, C. (2012). *Optimizarea Procesului de Pregătire la Scrimă Începători.* Editura Sitech, Craiova			

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin conţinutul său, disciplina formează competenţe specifice predării educaţiei fizice în învăţământul primar şi gimnazial (de bază, incluziv şi special) corespunzătoare cerinţelor profesiei prevăzute RNCIS, COR şi EQF.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	Participare activă la cursuri	Examen scris	60%

9.5. Activități aplicative	Participare activă și implicare în activitățile practice.	Evaluare practică Observație sistematică	40%
9.6. Standard minim de performanţă			
Cunoaşterea noţiunilor generale şi elementare ale disciplinei reflectată prin răspuns corect, în proporţie de 60%, la subiectele examenului.			

Data completării
01.09.2025

Titular de disciplină,
Conf.univ.dr. Forțan Cătălin

Semnătura titularului
.....

Data avizării în departament
15.09.2025

Director de departament,
Conf.univ.dr. Nanu Marian Costin

Semnătura directorului de departament
.....

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
DEPARTAMENTUL PENTRU PREGĂTIREA PERSONALULUI DIDACTIC
Craiova, Str. Al.I. Cuza, nr. 13, 200585,
tel: +40-251-422567, fax:+40-251-422567, www.ucv.ro, e-mail: dppd@central.ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţe ale Educaţiei
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competenţelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**Psihologia educaţiei**						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Conform Statului de funcţii al DPPD						
2.3. Titularul activităţilor de laborator	Conform Statului de funcţii al DPPD						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Ob.

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

3.1. Număr de ore pe săptămână: 4	3.2. din care: curs: 2	3.3. seminar/laborator: 2	
3.4. Total ore din planul de învăţământ 56	3.5. din care: curs: 28	3.6. seminar/laborator: 28	

Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	15
Tutoriat	4
Examinări	4
Alte activităţi.....	6

3.7. Total ore de studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	125
3.9. Număr credite	5

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de desfăşurare a cursului	Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică
4.2. de desfăşurare a seminarului	Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	on-site
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	on-site

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: Prezintă conținuturile specifice domeniului și corelează principalele teorii și orientări metodologice ale învățării din perspectiva proiectării/ designului pedagogic. Aplică principii și metode didactice specifice activităților educaționale care să asigure progresul copiilor /elevilor/ tinerilor/altor categorii de persoane.
Abilități	Studentul/Absolventul: Utilizează cunoștințe de specialitate, psihopedagogice, în cadrul întregului demers pedagogic de proiectare a activităților și resurselor educaționale.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: Dezvoltă atitudini creatoare și constructive în aplicarea designului și principiilor pedagogice. Indică necesitatea utilizării unor resurse variate pentru eficientizarea predării, susținerea învățării și sprijinirea elevilor în folosirea lor autonomă. Comunică eficient prin oferirea de feedback constructiv și susține implicarea activă a elevilor în propriul proces de învățare.

7. Conținuturi

7.1. Curs	**Metode și procedee utilizate**	**Observații**
Tema I **<u>Psihologia educației ca disciplină de studiu</u>** 1. Definirea și obiectul psihologiei educației 2. Domeniul psihologiei educației 3. Metode și instrumente de cercetare ale psihologiei școlare	• prelegerea • dezbaterea • problematizarea • brainstorming • explicația •	2 ore
Tema II **<u>Repere psihogenetice ale dezvoltării</u>** 1. Factorii dezvoltării psihice: Ereditate, Mediu, Educație 2. Teoria stadială a dezvoltării psihice 3. Vârstele școlare	• prelegerea • exercițiu de reflecție • dezbaterea • scheme cognitive • problematizarea	2 ore
Tema III **<u>Psihologia învățării</u>** 1. Sfera, conținutul și formele învățării 2. Tipuri de învățare 3. Teorii ale învățării 4. Specificul învățării umane	• prelegerea • exercițiu de reflecție • conversația • problematizarea • autoanaliza	2 ore
Tema IV **<u>Procese fundamentale în învățare</u>** 1. Atenția	• prelegerea • dezbaterea • explicația	2 ore

2. Percepţia 3. Memoria	•	
Tema V **<u>Factori condiţionali ai învăţării – Motivaţia</u>** 1. Motivaţia – definire şi caracterizare 2. Ierarhia trebuinţelor umane – Abraham Maslow 3. Motive fundamentale în educaţie 4. Motivaţie şi performanţă 5. Motivaţia şcolară **<u>Factori condiţionali ai învăţării – Creativitatea</u>** 1. Definirea creativităţii 2. Niveluri de creativitate 3. Factorii creativităţii 4. Imaginaţia 5. Etapele creaţiei 6. Blocajele creativităţii 7. Metode de stimulare a creativităţii	• prelegerea • studiul de caz • problematizarea • exercitiul • autoanaliza	2 ore
Tema VI **<u>Personalitatea elevilor – Temperamentul şi Caracterul</u>** 1. Definire 2. Abordări ale conceptului de personalitate 3. Structura personalităţii 4. Temperamentul 5. Caracterul	• prelegerea • descoperirea • problematizarea • conversaţia	2 ore
Tema VII **<u>Gândirea</u>** 1. Definirea gândirii 2. Caracterizarea procesului de gândire 3. Operaţiile gândirii 4. Activităţile gândirii 5. Metode de cultivare a gândirii elevilor	• prelegerea • exerciţiul de reflecţie • explicaţia • problematizarea • conversaţia • studiul de caz	2 ore
TemaVIII **<u>Aptitudinile şi importanţa lor în activitatea şcolară</u>** 1. Definire şi clasificare 2. Aptitudinile intelectuale. Inteligenţa 3. Aptitudinile de grup şi aptitudinile complexe 4. Copiii cu cerinţe educative speciale (CES). Elevii dotaţi intelectual	• prelegerea • exerciţiul de reflecţie • dezbaterea • problematizarea	2 ore
Tema IX **<u>Inteligenţa emoţională şi şcoala</u>** 1. Emoţiile şi dinamica personalităţii elevilor/studenţilor. Fundamentele educaţiei raţional-emotive şi comportamentale 2. Relaţia dintre evenimente, cogniţii şi emoţii. Dezvoltarea competenţelor socio-emoţionale la tineri	• prelegerea • conversaţia • problematizarea • autoanaliza • studiul de caz	2 ore

3. Strategii de intervenție primară (preventiv-corective) in managementul emoțiilor si comportamentelor din mediul educațional		
Tema X **<u>Personalitatea profesorului</u>** 1. Meseria de profesor 2. Notele definitorii ale personalității profesorului 3. Funcţiile profesorului 4. Rolurile profesorului 5. Stiluri educaţionale 6. Aspecte psihologice ale evaluării rezultatelor şcolare	• prelegerea • exerciţiul • reflecţie • problematizarea • analiza critică	2 ore
Tema XI **<u>Psihologia comunicării didactice</u>** 1. Conceptul de comunicare 2. Tipuri de comunicare umană 3. Forme ale comunicării 4. Comunicarea didactică eficiantă	• prelegerea • exerciţiul de • reflecţie • problematizarea • studiul de caz	2 ore
Tema XII **<u>Reuşita şcolară</u>** 1. Conceptul de reuşită şcolară 2. Dezvoltarea intelectuală şi reuşita şcolară 3. Dimensiunea motivaţională a reuşitei şcolare	• prelegerea • exerciţiul de reflecţie • problematizarea • studiul de caz	2 ore
Tema XIII I. **<u>Elevul - Diferențe individuale</u>** 1. Necesitatea cunoaşterii elevilor 2. Principii de organizare a activităţii de cunoaştere 3. Metode de cunoaştere a elevilor	• prelegerea • exerciţiul de reflecţie • problematizarea • studiul de caz	2 ore
Tema XIV **<u>Elemente de psihosociologie a grupurilor şcolare</u>** 1. Noţiunea de grup. Tipologia grupurilor 2. lasa şcolară ca grup 3. Dinamica grupului de elevi. Liderul clasei 4. Educarea coeziunii de grup 5. Cooperare şi competiţie 6. Influenţa socială şi mediul şcolar 7. Tehnici de cunoaştere a grupului de elevi	• prelegerea • exerciţiul de reflecţie • problematizarea • dezbaterea	2 ore

Bibliografie

- Abric, J. C. (2022). *Psihologia comunicării. Teorii și metode.* Ed. a II-a revăzută şi adăugită. Iaşi: Editura Polirom.
- Albulescu, I. (2023). *Învățarea flexibilă.* București: Editura Didactică și Pedagogică.
- Buşu, O.V. (2021). *Psihologia educației. Note de curs*. București: Editura Universitară.
- Călin, R.A. (2014). *Psihologia Educației – Sinteze și Note de curs.* Craiova: Editura Alma DCMI.
- Drămescu, M. (2023). *Psihologia educației*. București: Editură Paideia.
- Enea V. (2019). *Intervenții psihologice în școală*. Iași: Polirom.

- Fortea Sevilla, M. (2022). P*ersonalitatea. Ce ne face unici*. Bucureşti: Litera.
- Gardner, H. (2022). *Inteligențele multiple. Noi perspective.* Bucureşti: Curtea Veche.
- Matute, H. (2023). *Prejudecăți și erori cognitive. Când propria minte ne înșală.* Bucureşti: Litera.
- Negovan, V. (2013). *Psihologia învăţării.* Ed. a 3-a, revizuită. Bucureşti: Editura Universitară.
- Novac, C., Mogonea, F.R. (2013). *Elemente de psihologie a educaţiei*. Craiova: Editura Sitech.
- Pertea, G., Popescu, Ş. (2024). *Psihologia comportamentului uman.* Bucureşti: Pro Universitaria.
- Sterian, M., Nicoară, R. D. (2024). *Psihologie generală. Fundamentele psihologiei şi psihologia personalităţii*. Ed. a II-a, revăzută şi adăugită. Bucureşti: Editura Pro Universitaria.
- Vaida, S. (2023). *Dezvoltarea competențelor socio-emoționale.* Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană.

Biblioteci virtuale

- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

7.2. Seminar/Laborator	**Metode de predare**	**Observaţii**
S1. Scurt istoric al dezvoltării *Psihologiei educaţiei* ca ramură a psihologiei si disciplină de învăţământ în formarea profesorilor	conversaţia euristică dezbatere hărți conceptuale	2 ore
S2. Particularităţile dezvoltării psihice umane. Raportul dintre învăţare şi dezvoltarea psihică Adolescența	dezbatere lucrul în grup explicația	2 ore
S3. De la regândirea învăţării şcolare la reconfigurarea modelelor de instruire Stiluri de învățare; Metode individualizate de învățare eficiente	dialogul conversaţia euristică dezbatere	2 ore
S4. Implicaţiile proceselor psihice în activitatea de învăţare SPU în contextul învățării	dezbatere problematizarea	2 ore
S5. Motivaţii particulare pentru învățare Eu de ce (nu) învăț? Baza motivaţional- afectivă a învăţării Dezvoltarea creativităţii profesorilor şi elevilor Cum să fim creativi în contextul instruirii	conversaţia euristică dezbatere reflecția autoanaliza	2 ore
S6. Structura şi dinamica personalităţii elevului Metode şi tehnici de cunoaştere a particularităţilor de vârstă şi individuale ale copilului şi adolescentului	dezbaterea conversaţia euristică reflecția studiul de caz	2 ore

S7. Cum raționăm? Conceptualizarea; Înțelegerea; Rezolvarea de probleme; Creaţia	conversaţia euristică dezbatere învățarea prin cooperare	2 ore
S8. Subsistemul instrumental - acțional al personalității - Aptitudinea Inteligența; Tipuri și forme de inteligență El de ce e mai bun?	conversaţia euristică dezbatere studiul de caz	2 ore
S9. Rolul emoțiilor în gestionarea conflictelor (furia, frica de conflicte și în conflicte, umilirea, respectul și recunoștința, vinovăția și rușinea) Metode și instrumente de identificare a problemelor/provocărilor psiho-afective din mediul educațional	conversaţia euristică dezbaterea problematizarea	2 ore
S10. Eu de ce vreau să devin profesor? Pot fi un profesor de succes? Profesorul – de la competenţă profesională la model de perfecţiune umană	conversaţia euristică reflecția problematizarea.	2 ore
S11. Din secretele unei comunicări eficiente Atitudine - Ascultare - Implicare	studiul de caz conversaţia euristică dezbatere	2 ore
S12. Reuşita şcolară şi insuccesul şcolar	dialogul conversaţia euristică lucrul în grup.	2 ore
S13. Elevi care necesită atenţie specială în şcoală	conversaţia euristică dezbatere problematizarea	2 ore
S14. Elemente de psihologie socială în context școlar; Când psihologia educației interacționează cu psihologia socială	conversaţia euristică dezbatere studiul de caz	2 ore

Bibliografie

Andre C., Legeron P., (2011). *Cum să ne eliberăm de frica de ceilalți. Tracul, timiditatea, inhibițiile, fobia socială.* București: Editura Trei.

Bonchiș, E. (2022). *Plictiseala la copii și adolescenți. O perspectivă psihologică.* Iași: Polirom.

Chelcea, S. (2020). *Rușinea și vinovăția în spațiul public.* București: Humanitas.

Feldman Barrettt, L. (2017). *Cum iau naștere emoțiile. Viața secretă a creierului.* Cluj-Napoca: Editura ASCR.

Miller, W. R., Rollnick, S. (2025). *Interviul motivațional.* București: Editura Herald.

Neacșu I., Suditu M. (2020). *Educația emoțional- afectivă, noi explorări, noi strategii.* Iași: Polirom.

Popenici, Ș. (2023). *Inteligența artificială și viitorul educației.* București: Editura Didactică și Pedagogică.

Steele, D. (2023). *Profesorul desăvârșit. Cum să înțelegi cele trei dimensiuni care definesc profesoratul eficient* Pitești: Editura Paralela 45.

Woolfolk, A. (2013). *Educational Psychology.* 12th edition. Upper Saddle River, NJ: Pearson.

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Corectitudinea şi acurateţea folosirii conceptelor şi teoriilor pedagogice însuşite la nivelul disciplinei – vor satisface aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice/academice din domeniul psihologiei, a ştiinţelor comportamentale şi a educaţiei, Competenţele procedurale şi atitudinale ce vor fi achiziţionate la nivelul disciplinei – vor satisface aşteptările reprezentanţilor asociaţiilor profesionale şi angajatorilor din domeniul învăţământului. Notă: În cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacţie al reprezentanţilor comunităţii academice şi al angajatorilor faţă de competenţele profesionale şi transversale dobândite de către absolvenţii programului de pregătire psiho-pedagogică.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	-capacitate de argumentare, exemplificare -valorificarea corectă a termenilor ştiinţifici şi a teoriilor psihologice -analiza şi interpretarea adecvată a unor situaţii prezentate	Probă scrisă	60%
9.5. Seminar/laborator	- analiză critică şi reflexivă în realizarea lucrării aplicative, valorificarea corectă a surselor - corectitudinea şi completitudinea rezolvării sarcinilor.	-Lucrare aplicativă: Realizarea unui referat cu tematică adecvată disciplinei -Rezolvarea unor sarcini pe parcurs	30% 10%
9.6. Standard minim de performanţă Obţinerea notei 5			
Nota finală se compune din: a. punctajul obţinut la examenul derulat faţă în faţă, în proporţie de 60%; b. activitatea desfăşurată pe parcursul semestrului, la curs şi seminar – 20% c. evaluarea sarcinii aplicative de seminar 20%. Condiţiile pentru promovarea examenului sunt: minim 5 puncte din nota finală (punctaj reunit: evaluare activitate curs şi seminar).			

Data completării Semnătura titularului

Semnătura directorului de departament,

FIŞA DISCIPLINEI

FUNDAMENTELE PEDAGOGIEI. TEORIA ŞI METODOLOGIA CURRICULUMULUI

2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţe ale Educaţiei
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competenţelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE PEDAGOGIEI. TEORIA ŞI METODOLOGIA CURRICULUMULUI						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Conform Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.3. Titularul activităţilor de laborator	Conform Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Fundamentală, Obligatorie

3. Timpul total estimat (ore pe semestrul al activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învăţământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28

Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	15
Tutoriat	4
Examinări	4
Alte activităţi.....	6

3.7. Total ore studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	125
3.9. Numărul de credite	5

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Elemente de psihologia educaţiei
4.2. de competenţe	• Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• On site/on line (Google Meet).
5.2. de desfăşurare a seminatului/laboratorului	• On site/on line (Google Meet).

6. Competenţe specifice acumulate

Competenţe profesionale	C1.1. Cunoaşterea şi înţelegerea conceptelor şi a teoriilor referitoare la curriculum-ul din învăţământul obligatoriu C1.2. Analiza şi interpretarea conceptelor şi a teoriilor curriculum-ului din învăţământul obligatoriu C5.2. Analiza şi interpretarea situaţiilor educaţionale care presupun activităţi de consiliere şi orientare şcolară şi profesională C5.5. Proiectarea unor activităţi de consiliere şi orientare şcolară şi profesională a elevilor, în conformitate cu programa şcolară specifică învăţământului obligatoriu C.6.4. Analiza critică a modalităţilor de gestionare a tuturor resurselor implicate pentru eficientizarea activităţilor desfăşurate cu elevii din învăţământul obligatoriu.
Competenţe transversale	CT1. Dezvoltarea instituțională a școlii și a parteneriatului școală – comunitate; CT2. Managementul carierei și dezvoltarea personală; CT3. Cercetarea educațională aplicativă.

7. Obiectivele disciplinei (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Familiarizarea studenților cu domeniul educației și al curriculumului, cu conceptele fundamentale, cu principalele teorii si modele de analiză a educației și curriculumului
7.2. Obiectivele specifice	**A. <u>Obiective cognitive</u>** • Cunoaşterea conceptelor pedagogice de bază, prin prisma trăsăturilor specifice; • Înţelegerea principalelor teorii şi modele privind educaţia şi curriculumul şcolar, a semnificaţiei şi utilităţii acestora pentru formarea profesorilor; • Dezvoltarea capacităţii de a aplica noile cunoştinţe, concepte, în diferite situaţii educative concrete; • Însuşirea unor strategii active de realizare a unui feed-back operativ şi continuu **B. <u>Obiective procedurale</u>** • Structurarea cunoştinţelor şi a conceptelor privind problematica Fundamentelor pedagogiei şi Teoriei curriculumului prin intermediul unor organizatori grafici; • Construirea unor argumentări proprii în vederea susţinerii unor idei sau puncte de vedere; • Formarea capacităţii de a valorifica teoriile şi modelele teoretice pentru rezolvarea unor situaţii practice; • Exersarea capacităţii de valorificare a documentelor curriculare în practica educativă; • Formarea competenţei de elaborare a unor documente curriculare, prin valorificarea modelelor de proiectare oferite; **C. <u>Obiective atitudinale</u>** • Respectarea normelor de deontologie profesională (a codului deontologic al profesorului), fundamentate pe opţiuni valorice explicite; • Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare;

	• Utilizarea unor metode specifice de elaborare a unui plan de dezvoltare personală și profesională; • Dezvoltarea unui comportament empatic şi a orientării helping.

8. Conţinuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observaţii
1. Statutul pedagogiei ca ştiinţă a educaţiei Statutul epistemologic al pedagogiei. Sistemul ştiinţelor pedagogice/ale educaţiei	Instruirea Asistată de Calculator Dezbaterea Utilizarea organizatorilor grafici	2 ore/online
2. Perspective ale evoluţiei pedagogiei. Relaţia pedagogiei cu alte ştiinţe	Problematizarea Explicația Demonstrația	2 ore/ online
3. Criterii epistemologice: Educația – obiectul de studiu al pedagogiei Evoluţia conceptului, perspective de analiză. Caracteristici şi funcţii ale educaţiei	Exercițiul de reflecție Descoperirea cu ajutorul Internetului Problematizarea	2 ore/ online
4. Formele şi factorii educaţiei Interdependența formelor educației	Descoperirea Expunerea Explicația	2 ore/online
5. Dimensiunile educației Dimensiunile clasice. Noile educații	Conversația Euristică Prezentarea în Power Point Problematizarea	2 ore/online
6. Criterii epistemologice: legitate şi normativitate pedagogică De la legi la principii educaţionale-norme educative-reguli ale acțiunii educaționale	Reflecția Expunerea Explicația	2 ore/on site
7.Criterii epistemologice: limbajul pedagogic, cercetarea în educație Specificul limbajului pedagogic şi niveluri ale constituirii terminologiei specifice. Elemente de cercetare pedagogică	Conversația Problematizarea Exemplificarea	2 ore/on site
8. **Fundamentarea concepției curriculare** Evoluţia abordării problematicii curriculumului, ca domeniu de studiu, semnificaţii actuale în pedagogie şi învățământ	Explicația Investigația Descoperirea	2 ore/on site
9.Componentele structurale ale curriculumului Relația finalități educaționale-conținuturi curriculare-strategii de instruire-strategii de evaluare	Problematizarea Explicația Demonstrația	2 ore/on site
10. Finalitățile educaționale Nevoia de finalități, concepte, funcții. Tipuri de finalități educaționale	Problematizarea Instruirea Asistată de Calculator Descoperirea	2 ore/on site
11. Finalitățile educaționale Paradigma behavioristă și pedagogia obiectivelor. Paradigma cognitiv-constructivistă și pedagogia competențelor	Explicația Exercițiul Analiza documentelor curriculare	2 ore/on site
12.Conținuturile curriculare Delimitări conceptuale. Criterii de determinare, selectare, precizare şi	Explicația Descoperirea Problematizarea	2 ore/on site

prelucrare didactică a conţinuturilor curriculare. Moduri de ordonare şi organizare, corelare şi integrare a conţinuturilor curriculare		
13. Produsele (documentele) curriculare Documentele curriculare oficiale şi ale profesorului: categorii, caracteristici, moduri de concretizare a finalităţilor şi a conţinuturilor. Produse curriculare auxiliare	Prezentarea în Powepoint Dezbaterea Studiul de caz	2 ore/on site
14. Produsele (documentele) curriculare Norme pedagogice generale şi specifice în conceperea, elaborarea documentelor curriculare în variante. Valorificarea experienţelor formale şi nonformale de învăţare ale elevilor şi profesorilor în documentele curriculare	Explicaţia Descoperirea Instruirea Asistată de Calculator	2 ore/on site

Bibliografie:

- Bocoş, M., Jucan, D. (2022). *Fundamentele pedagogiei. Teoria şi metodologia curriculum-ului. Repere şi instrumente didactice pentru formarea profesorilor*. Piteşti: Editura Paralela 45.
- Cristea, S. (2006). *Curriculum pedagogic*. Bucureşti: Editura Didactică şi Pedagogică, R.A.
- Cucoş, C. (2014). *Pedagogie*. Iaşi: Editura Polirom.
- Frăsineanu, E. S. (2014). *Pedagogie. Managementul clasei de elevi*. Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2020). *Devenire în profesorat*. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană. E-book integral. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2653.pdf
- Ilie, M. (2005). *Elemente de pedagogie generală, teoria curriculum-ului şi teoria instruirii*. Timişoara: Editura Mirton. Disponibil: http://proiectviolenta.ssmalex.ro/downloads/ilie-marian-elemente-de-pedagogie.pdf
- Ilie, V. (2015). *Repere în formarea iniţială a profesorilor*. Craiova: Editura Sitech.
- Jeder, D., Bujorean, E. (2011). *Fundamentele Pedagogiei. Teoria şi metodologia curriculumului*. Iaşi: Editura PIM.
- Joiţa, E. (coord). (2003). *Pedagogie. Educaţie şi curriculum*. Craiova: Editura Universitaria.
- Lazăr, E. (2017). The Design, Construction and Development of Educational Curriculums from the Perspective of Sustainable Development. *Sustainable and Solidarity Education. Reflections and Practices*. Peter Lang GmbH Internationaler Verlag der Wissenschaften. pp. 89-95. DOI 10.3726/b11129.
- Mogonea, F. (2013). *Fundamentele pedagogiei. Teoria şi metodologia curriculumului. Sinteze teoretice şi instrumente aplicative pentru formarea profesorilor*. Craiova: Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2010). *Pedagogie pentru viitorii profesori*. Craiova: Editura Universitaria. Disponibil: http://cis01.ucv.ro/DPPD/seminar_mogonea_remus.pdf
- Negreţ-Dobridor, I. (2007). *Teoria generală a curriculumului educaţional*. Iaşi: Editura Polirom.
- Păun, E. (2005). *Introducere în pedagogie*. M.Ed.C.: Proiectul pentru Învăţământul Rural. Disponibil https://fdocuments.in/document/02introducere-in-pedagogie-e-paun.html
- Popescu, A. M. (2008). *Puncte de sprijin în învăţarea pedagogiei pentru studenţii viitori profesori*. Craiova: Editura Universitaria.
- Potolea, D., Manolescu, M. (2005). *Teoria şi metodologia curriculumului*. M.Ed.C.: Proiectul pentru Învăţământul Rural. Disponibil https://ro.scribd.com/doc/296178335/Teoria-Si-Metodologia-Curriculumului-Manolescu-Potolea-pdf
- Ştefan, M. A. (2008). *Facilitarea şi îndrumarea învăţării pedagogiei. Rolul seminariilor specifice în formarea iniţială a profesorilor*. Craiova: Editura Universitaria.

Biblioteci virtuale şi linkuri utile:

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din Bucureşti - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Ştiinţe ale Educaţiei - https://ise.md/biblioteca-virtuala/

- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/
- https://www.edu.ro/
- https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-gimnazial
- https://programe.ise.ro/
- https://www.manuale.edu.ro/

8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. **Profesia didactică și nevoia de pregătire psihopedagogică** Valorificarea experiențelor anterioare referitoare la conceptele din sfera pedagogică și la utilitatea unor ramuri ale pedagogiei	Conversația Euristică Dezbaterea Problematizarea	2 ore/on line
2. Rolurile și competențele profesorului Mentalități, prejudecăți, erori în abordarea profesiei didactice	Instruirea Asistată de Calculator Utilizarea organizatorilor grafici Reflecția	2 ore/on line
3.Pedagogia ca știință. Analiza statutului epistemologic al pedagogiei. Rolul vocației și aptitudinilor pedagogice	Exercițiul Problematizarea Dezbaterea	2 ore/on line
4. Utilitatea descoperirii și respectării legităților pedagogice. Limbajul pedagogic. Identificarea unor sloganuri. Comentarea unor proverbe sau texte	Lucrul pe grupuri Reflecția Instruirea Asistată de Calculator	2 ore/on line
5. Cercetarea și ameliorarea problemelor cu care se confruntă educația. Ipoteze de cercetare, reflecții și soluții	Exercițiul Explicația Investigația	2 ore/on site
6..**Educația – obiectul de studiu al pedagogiei.** Definiții proprii. Exemple de situații educative. Autoeducația. Alternativele educaționale. Raportul ereditar – dobândit. Educația incluzivă	Eseul de 5 minute Cubul Problematizarea	2 ore/on site
7. **Educația integrală**. **Educația diferențiată**. Scopurile și modalitățile de realizare pentru educația intelectuală, morală, estetică, fizică, profesională	Explicația Conversația euristică Schema cognitivă	2 ore/on site
8. Curriculumul educațional. Sensuri restrânse și sensuri extinse ale curriculumului educațional. Ariile și ciclurile curriculare	Dezbaterea Exercițiul Reflecția	2 ore/on site
9. Tipurile de curriculum și mediile educaționale formale, nonformale și informale	Explicația Investigația Analiza documentelor curriculare	2 ore/on site
10. Ipostaze ale finalităților educaționale Idealul educational în diferite perioade istorice.Derivarea finalităților educaționale. Competențe cheie în formare. Competențe generale și competențe sprecifice	Problematizarea Brainstorming Exercițiul	2 ore/on site

11.Operaționalizarea obiectivelor Condiții, avantaje și limite	Explicația Exercițiul Reflecția	2 ore/on site
12. Organizarea conținuturilor în manieră interdisciplinară, integrată, modulară	Demonstrația Conversația Euristică Prezentarea Power Point	2 ore/on site
13. Documente curriculare fundamentale Structura planurilor de învățământ și a programelor școlare	Controversa academică Exercițiul Reflecția	2 ore/on site
14.Evaluarea manualelor școlare. Manualele digitale. Consecințe asupra activității profesorilor și elevilor	Explicația Investigația Dezbaterea	2 ore/on site

Bibliografie:

- Bocoș, M., Jucan, D. (2022). *Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculum-ului. Repere și instrumente didactice pentru formarea profesorilor*. Pitești: Editura Paralela 45.
- Cristea, S. (2006). *Curriculum pedagogic*. București: Editura Didactică și Pedagogică, R.A.
- Cucoș, C. (2014). *Pedagogie*. Iași: Polirom.
- Frăsineanu, E. S. (2014). *Pedagogie. Managementul clasei de elevi*. Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2020). *Devenire în profesorat.* Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană. E-book integral. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2653.pdf
- Ilie, M. (2005). *Elemente de pedagogie generală, teoria curriculum-ului și teoria instruirii*. Timișoara: Editura Mirton. Disponibil: http://proiectviolenta.ssmalex.ro/downloads/ilie-marian-elemente-de-pedagogie.pdf
- Ilie, V. (2015). *Repere în formarea inițială a profesorilor*. Craiova: Editura Sitech.
- Jeder, D., Bujorean, E. (2011). *Fundamentele Pedagogiei. Teoria și metodologia curriculumului.* Iași: Editura PIM.
- Joița, E. (coord). (2003). *Pedagogie. Educație și curriculum.* Craiova: Editura Universitaria.
- Lazăr, E. (2008). Variables in designing a curriculum: content, students and the society. *Journal of Educational Sciences & Psychology.* (VII-LXIX). pp. 2247- 637. Disponibil: http://www.edupsy.ro/index.php/conference-volume
- Mogonea, F. (2013). *Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculumului. Sinteze teoretice și instrumente aplicative pentru formarea profesorilor*. Craiova: Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2010). *Pedagogie pentru viitorii profesori.* Craiova: Editura Universitaria. Disponibil: http://cis01.ucv.ro/DPPD/seminar_mogonea_remus.pdf
- Negreț-Dobridor, I. (2007). *Teoria generală a curriculumului educațional*. Iași: Editura Polirom.
- Păun, E. (2005). *Introducere în pedagogie*. M.Ed.C.: Proiectul pentru Învățământul Rural. Disponibil https://fdocuments.in/document/02introducere-in-pedagogie-e-paun.html
- Popescu, A. M. (2008). *Puncte de sprijin în învățarea pedagogiei pentru studenții viitori profesori.* Craiova: Editura Universitaria.
- Potolea, D., Manolescu, M. (2005). *Teoria și metodologia curriculumului*. M.Ed.C.: Proiectul pentru Învățământul Rural. Disponibil https://ro.scribd.com/doc/296178335/Teoria-Si-Metodologia-Curriculumului-Manolescu-Potolea-pdf
- Ștefan, M. A. (2008). *Facilitarea și îndrumarea învățării pedagogiei. Rolul seminariilor specifice în formarea inițială a profesorilor*. Craiova: Editura Universitaria.

Biblioteci virtuale și linkuri utile:

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din București - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Științe ale Educației - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

- https://www.edu.ro/
- https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-gimnazial
- https://programe.ise.ro/

https://www.manuale.edu.ro/

9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fişe pot fi folosite ca suport de către studenţi în studiul disciplinelor psihopedagogice din cadrul Programului de formare psihopedagogică în vederea certificării pentru profesia didactică.
Conţinutul cursului este în consens cu aşteptările comunităţii academice, al angajatorilor din învățământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim şi creativ potenţialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar și pentru sistemul "on line".

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs	- calitatea şi coerenţa tratării celor două subiecte: unul, în manieră explicativ-argumentativă (25%) şi altul, prin analiză şi interpretare personală, ca dovadă a înţelegerii (25%); * se acordă un punct (10%) din oficiu;	Probă scrisă	60%
10.5. Seminar/laborator	- originalitatea lucrării şi respectarea specificului eseului; - corectitudinea şi completitudinea rezolvării sarcinilor.	-Lucrare aplicativă: Eseu pedagogic argumentativ -Rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului	20% 20%
10.6. Standard minim de performanţă			
• Achiziționarea cel puțin a competențelor: C1.1; C1.2.			

Data completării Semnătura titularului Semnătura titularului deseminar

01.10.2025

Semnătura directorului de departament,

FIŞA DISCIPLINEI
TEORIA ŞI METODOLOGIA INSTRUIRII. TEORIA ŞI METODOLOGIA EVALUĂRII
2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţe ale Educaţiei
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competenţelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**TEORIA ŞI METODOLOGIA INSTRUIRII. TEORIA ŞI METODOLOGIA EVALUĂRII**						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Conform Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.3. Titularul activităţilor de laborator	Conform Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Ob.

3. Timpul total estimat

3.1. Număr de ore pe săptămână: 4	3.2. din care: curs: 2	3.3. seminar/laborator: 2	
3.4. Total ore din planul de învăţământ 56	3.5. din care: curs: 28	3.6. seminar/laborator: 28	
Total ore de studiu individual, din care:			69 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe			20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren			20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri			15
Tutoriat			4
Examinări			4
Alte activităţi.....			6
3.7. Număr credite	5		

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Elemente de: Psihologia educaţiei; Fundamentele pedagogiei. Teoria şi metodologia curriculumului
4.2. de competenţe	Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	On site/on line
5.2. de desfăşurare a seminarului/laboratorului	On site/on line

6. Competenţe specifice dezvoltate în urma parcurgerii disciplinei

Competenţe profesionale	C1.3. Aplicarea principiilor, a modelelor şi metodelor de proiectare curriculară; C2.1. Cunoaşterea şi înţelegerea conceptelor, a teoriilor şi metodologiilor de instruire a elevilor din învăţământul obligatoriu; C2.2. Analiza şi interpretarea unor situaţii, procese şi metode de instruire a elevilor din învăţământul obligatoriu; C2.4. Analiza critică a modelelor şi a metodelor de educare şi instruire a elevilor din învăţământul obligatoriu; C3.1. Cunoaşterea şi înţelegerea conceptelor, a teoriilor şi metodologiilor de evaluare a elevilor din învăţământul obligatoriu; C3.2. Analiza şi interpretarea unor situaţii, procese şi metode de evaluare a elevilor din învăţământul obligatoriu; C3.4. Analiza critică a modelelor şi a metodelor de evaluare a elevilor din învăţământul obligatoriu.
Competenţe transversale	CT1. Dezvoltarea instituţională a şcolii şi a partenariatului şcoală – comunitate; CT2. Managementul carierei şi dezvoltarea personală; CT3.Cercetarea educaţională aplicativă.

7. Obiectivele disciplinei (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Familiarizarea studenţilor cu domeniul *instruirii*, cu conceptele ei fundamentale, cu principalele teorii şi modele de aplicare a demersului de predare-învăţare-evaluare
7.2. Obiectivele specifice	***A. Obiective cognitive*** • Cunoaşterea şi înţelegerea diferitelor concepte pedagogice de bază, a principalelor teorii şi modele pedagogice, a metodologiei de instruire, a tipologiei lecţiei; • Explicarea şi interpretarea diferitelor concepte şi modele pedagogice; • Cunoaşterea principalelor tendinţe în domeniul modernizării metodologiei didactice; • Formarea capacităţii de a argumenta legăturile logice dintre cele trei procese de bază ale procesului de învăţământ: predare, învăţare, evaluare; ***B. Obiective procedurale*** • Utilizarea ordonată a conceptelor şi teoriilor din ştiinţele educaţiei; • Identificarea unor situaţii concrete de aplicare a teoriilor şi principiilor pedagogice; • Utilizarea adecvată a conceptelor şi teoriilor moderne de comunicare (orizontală, verticală, complexă totală, multiplă, ramificată şi specifică); • Abilitarea în utilizarea corectă a documentelor curriculare; • Clasificarea şi caracterizarea strategiilor, metodelor, tehnicilor mijloacelor, modurilor de activitate didactică, valorificând condiţiile utilizării lor eficiente;

	• Utilizarea unor metode de evaluare şi autoevaluare a propriei activităţi de învăţare; *C. Obiective atitudinale* • Respectarea normelor de deontologie profesională (a codului deontologic al profesorului), fundamentate pe opţiuni valorice explicite, specifice specialistului în ştiinţele educaţiei; • Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învăţare; • Utilizarea unor metode specifice de elaborare a unui plan de dezvoltare personală şi profesională.

8. Conţinuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observaţii
1. Introducere în problematica disciplinei Definirea conceptelor cheie utilizate. Funcţiile didacticii Relaţiile dintre didactică şi celelalte discipline pedagogice Paradigme actuale în instruire	• dezbaterea • explicaţia	2 ore on site/on line
2. Procesul de învăţământ Caracteristici ale procesului de învăţământ. Normativitatea didactică Componentele procesului de învăţământ Finalităţile educaţionale Conţinuturile curriculare. Modalităţi de organizare a conţinuturilor Activităţi didactice fundamentale: predarea, învăţarea, evaluarea	• prelegerea • schemele cognitive • exerciţiul	4 ore/ on site/on line
3. Strategii de instruire Definirea *strategiei* Tipuri de strategii didactice Criterii de alegere a strategiilor de instruire Condiţii de eficientizare a strategiilor de instruire. Componente	• exerciţiul de reflecţie • simularea • problematizarea	4 ore/ on site/on line
4. Direcţii noi în metodologia didactică Clarificări conceptuale Funcţii ale metodelor Clasificări ale metodelor Metode clasice şi metode moderne de predare-învăţare	• exerciţiul de reflecţie • descoperirea	4 ore/ on site/on line
5. Mijloacele de învăţământ Precizări terminologice. Importanţă. Clasificarea mijloacelor de învăţământ. Mijloacele moderne. Utilizarea NTIC-urilor în procesul de învăţământ	• exerciţiul de reflecţie • problematizarea	2 ore/ on site/on line
6. Forme şi moduri de organizare Clarificări conceptuale Lecţia – formă fundamentală de organizare a procesului instructiv-educativ Alternative la sistemul de învăţământ pe clase şi lecţii	• Prezentarea PowerPoint • problematizarea • exercitiul	2 ore/ on site/on line

Activitatea frontală, independentă, îna grupuri Lecția – formă fundamentală. Tipuri de lecții		
7. Evaluarea – activitate didactică fundamentală Definire, funcții, tipuri de evaluare Procesul evaluativ Referențialul în evaluarea școlară	• Prezentarea PowerPoint • dezbaterea • explicația	2 ore/ on site/on line
8. Strategii, metode, instrumente folosite în evaluarea școlară Metode alternative vs. Metode clasice de evaluare	• Prezentarea PowerPoint • dezbaterea • explicația • simularea • exercițiul	2 ore/ on site/on line
9. Factori ai variabilității aprecierii și notării Efecte perturbatoare în notare Modalități de reducere a subiectivismului Implicarea elevilor în autoevaluare	• Prezentarea PowerPoint • dezbaterea • explicația • simularea • exercițiul	2 ore/ on site/on line e
10. Proiectarea didactică Esență. Necesitate. Nivele ale proiectării Proiectarea la nivel micro. Modele de proiectare, demersuri specifice. Creativitatea profesorului în proiectare	• Prezentarea PowerPoint • simularea • studiul de caz	2 ore/on-site/ online 2 ore/on-site/ online

BIBLIOGRAFIE ȘI WEBOGRAFIE

- Bodea Hațegan, C., Talaș, D.A. (2020). *Ghid practic de organizare a activităților online.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2829.pdf
- Dulamă, M.E. (coord.). *De la teorie spre practică în evaluarea on-line.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2819.pdf
- Frăsineanu, E. (2014). *Pedagogie. Managementul clasei de elevi. Suport de curs*. Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2020). *Devenire în profesorat.* Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană. E-book integral. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2653.pdf
- Ilie, V. (2007). *Pedagogie. Perspective teoretice și aplicative.* Craiova: Universitaria.
- Ilie. M. (2005). *Elemente de pedagogie generală, teoria curriculum-ului și teoria instruirii.* Timișoara: Editura Mirton. Disponibil: http://proiectviolenta.ssmalex.ro/downloads/ilie-marian-elemente-de-pedagogie.pdf
- Joița, E. (coord). (2003). *Pedagogie. Educație și curriculum.* Craiova: Editura Universitaria.
- Manolescu, M. (2016). *Referențialul în evaluarea școlară*. București: Editura Universitară.
- Mogonea, F. (2013). *Teoria și metodologia instruirii. Teoria și metodologia evaluării. Sinteze teoretice și instrumente aplicative pentru formarea profesorilor*. Craiova: Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2010). *Pedagogie pentru viitorii profesori.* Craiova: Editura Universitaria. Disponibil: http://cis01.ucv.ro/DPPD/seminar_mogonea_remus.pdf
- Oprea, C. L. (2007). *Strategii didactice interactive*. București: Editura Didactică și Pedagogică R.A.
- Popescu, A. M. (2008). *Puncte de sprijin în învățarea pedagogiei pentru studenții viitori profesori*. Craiova: Editura Universitaria
- Palicica, M., Gavrilă, C., Ion, L. (2007). *Pedagogie.* Timișoara: Editura Mirton. Disponibil la: https://www.usab-tm.ro/downloads/cpp/Maria%20Palicica,%20Codruta%20Gavrila%20&%20Laurentia%20Io

n%20-%20Pedagogie.pdf
- Poletti, G. (2020). *Learning-Teaching Process Supported by Interactive and Multimedia Resources.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2795.pdf
- Ştefan, M.A. (2017). *Procesul de învăţământ – abordări teoretice şi reflexiv-aplicative.* Craiova: Editura Sitech.
- Tiron, E., Stanciu, T. (2019). *Teoria şi metodologia instruirii. Teoria şi metodologia evaluării.* Bucureşti: E.D.P. Disponibil: https://dppd.tuiasi.ro/wp-content/uploads/2020/01/Teoria-si-met.instr_.-si-ev.-manual.pdf
- https://www.edu.ro/
- https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-gimnazial
- https://programe.ise.ro/
- https://www.manuale.edu.ro/

BIBLIOTECI VIRTUALE
- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din Bucureşti - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Ştiinţe ale Educaţiei - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

8.2. Seminar	**Metode de predare**	**Observaţii**
1. Introducere în problematica instruirii - realizarea unei hărţi cognitive, în care să se regăsească: Concepte cheie utilizate. Raportul didactică generală - didactică specializărilor	• conversaţia euristică • lucrul în grup	2 ore/ on site/on line
2. Procesul de învăţământ Analiza sistemică Elemente componente ale procesului Finalităţile educaţionale – categorii, exemplificări Modalităţi de structurare a conţinuturilor curriculare. exemplificări	• lucrul în grup • exerciţiul	2 ore/ on site/on line
3. Activităţile fundamentale ale procesului de învăţământ – dezbatere Predarea tradiţională versus predarea modernă. Predarea ca act de comunicare Predarea eficientă. Didactogeniile Stiluri de învăţare. Tehnica învăţării eficiente. E-learning.	• conversaţia euristică • dezbatere • lucrul în grup	2 ore/ on site/on line
4. Strategii de instruire – simulare Criterii de structurare Alegerea strategiilor - aplicaţii	• exerciţiul de reflecţie	2 ore/ on site/on line

	• studiul de caz • problematizarea • simularea	
5. Direcţii noi în metodologia didactică – analiză comparativă Metode clasice şi metode moderne de predare-învăţare - aplicaţii	• descoperirea • exerciţiul de reflecţie • problematizarea	4 ore/ on site/on line
6. Mijloacele de învăţământ – dezbatere Rolul mijloacelor în procesul instructiv-educativ Exigenţe psihopedagogice în utilizarea mijloacelor de învăţământ	• exerciţiul de reflecţie • descoperirea • problematizarea • dezbaterea	2 ore/ on site/on line
7. Forme şi moduri de organizare – analiză critică Identificarea avantajelor şi dezavantajelor pentru fiecare mod de organizare a activităţii elevilor	• exerciţiul de reflecţie • descoperirea • problematizarea	2 ore/ on site/on line
8. Evaluarea – activitate didactică fundamentală - Definire, funcţii, tipuri de evaluare Procesul evaluativ Referenţialul în evaluarea şcolară	• exerciţiul de reflecţie • descoperirea • problematizarea • Prezentarea PowerPoint	2 ore/on site/on line
9. Evaluarea didactică - strategii, metode, instrumente de evaluare Principalele metode folosite în evaluare.(clasice şi alternative) – analiză comparativă Testul. Tipuri de itemi Construirea unor probe de evaluare	• descoperirea • problematizarea • exerciţiul • Prezentarea PowerPoint	4 ore/on site/on line
10. Surse de eroare în evaluarea didactică- - studii de caz Categorii de erori. Exemplificări Modalităţi de diminuare a subiectivismului în evaluare Autoevaluarea elevilor	• studiul de caz • problematizarea • exerciţiul	2 ore/on site/on line
11. Proiectarea didactică – aplicaţii Analiza unor modele de planificări, proiecte de unităţi de învăţare, proiecte de lecţii. Elaborarea unor proiecte.	• descoperirea • problematizarea • analiza documentelor curriculare • exerciţiul • demonstraţia	4 ore/on-site/ online

BIBLIOGRAFIE ŞI WEBOGRAFIE

- Bodea Haţegan, C., Talaş, D.A. (2020). *Ghid practic de organizare a activităţilor online.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2829.pdf
- Dulamă, M.E. (coord.). *De la teorie spre practică în evaluarea on-line.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2819.pdf
- Frăsineanu, E. (2014). *Pedagogie. Managementul clasei de elevi. Suport de curs*. Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2020). *Devenire în profesorat.* Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană.

E-book integral. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2653.pdf
- Ilie, V. (2007). *Pedagogie. Perspective teoretice şi aplicative.* Craiova: Universitaria.
- Ilie. M. (2005). *Elemente de pedagogie generală, teoria curriculum-ului şi teoria instruirii.* Timişoara: Editura Mirton. Disponibil: http://proiectviolenta.ssmalex.ro/downloads/ilie-marian-elemente-de-pedagogie.pdf
- Joiţa, E. (coord). (2003). *Pedagogie. Educaţie şi curriculum.* Craiova: Editura Universitaria.
- Manolescu, M. (2016). *Referenţialul în evaluarea şcolară.* Bucureşti: Editura Universitară.
- Mogonea, F. (2013). *Teoria şi metodologia instruirii. Teoria şi metodologia evaluării. Sinteze teoretice şi instrumente aplicative pentru formarea profesorilor.* Craiova: Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2010). *Pedagogie pentru viitorii profesori.* Craiova: Editura Universitaria. Disponibil: http://cis01.ucv.ro/DPPD/seminar_mogonea_remus.pdf
- Oprea, C. L. (2007). *Strategii didactice interactive.* Bucureşti: Editura Didactică şi Pedagogică R.A.
- Popescu, A. M. (2008). *Puncte de sprijin în învăţarea pedagogiei pentru studenţii viitori profesori.* Craiova: Editura Universitaria
- Palicica, M., Gavrilă, C., Ion, L. (2007). *Pedagogie.* Timişoara: Editura Mirton. Disponibil la: https://www.usab-tm.ro/downloads/cpp/Maria%20Palicica,%20Codruta%20Gavrila%20&%20Laurentia%20Ion%20-%20Pedagogie.pdf
- Poletti, G. (2020). *Learning-Teaching Process Supported by Interactive and Multimedia Resources.* Cluj-Napoca: PUC. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2795.pdf
- Ştefan, M.A. (2017). *Procesul de învăţământ – abordări teoretice şi reflexiv-aplicative.* Craiova: Editura Sitech.
- Tiron, E., Stanciu, T. (2019). *Teoria şi metodologia instruirii. Teoria şi metodologia evaluării.* Bucureşti: E.D.P. Disponibil: https://dppd.tuiasi.ro/wp-content/uploads/2020/01/Teoria-si-met.instr_.-si-ev.-manual.pdf
- https://www.edu.ro/
- https://rocnee.eu/index.php/dcee-oriz/curriculum-oriz/planuri-cadru-actuale/planuri-cadru-invatamant-gimnazial
- https://programe.ise.ro/
- https://www.manuale.edu.ro/

BIBLIOTECI VIRTUALE

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din Bucureşti - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Ştiinţe ale Educaţiei - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Corectitudinea şi acurateţea folosirii conceptelor şi teoriilor însuşite la nivelul disciplinei vor

satisface aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice/academice din domeniul Ştiinţelor educaţiei.

- Competenţele procedurale şi atitudinale ce vor fi achiziţionate la nivelul disciplinei – vor satisface aşteptările reprezentanţilor asociaţiilor profesionale şi angajatorilor din domeniul învăţământului.

Notă: În cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacţie al reprezentanţilor comunităţii academice şi al angajatorilor faţă de competenţele profesionale şi transversale dobândite de către absolvenţii programului de pregătire psihopedagogică.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs	-capacitate de argumentare, exemplificare -valorificarea corectă a termenilor pedagogici şi a teoriilor psihopedagogice -prezentarea adecvată a unor situaţii educaţionale sau de instruire sugestive	Probă scrisă	60%
10.5. Seminar/laborator	- analiză critică şi reflexivă în realizarea recenziei; - corectitudinea şi completitudinea rezolvării sarcinilor.	-Lucrare aplicativă: Recenzia unei lucrări psihopedagogice -Rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului	20% 20%
10.6. Standard minim de performanţă			
• Achiziţionarea cel puţin a competenţelor C 2.1., C 3.1.			

Data completării **Semnătura titularului** **Semnătura titularului de seminar**

01.10.2025

Semnătura Directorului Departamentului

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
DEPARTAMENTUL PENTRU PREGĂTIREA PERSONALULUI DIDACTIC
Craiova, Str. Al.I. Cuza, nr. 13, 200585,
tel: +40-251-422567, fax:+40-251-422567, www.ucv.ro, e-mail: dppd@central.ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Științe ale Educației
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competențelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**Didactica specializării (specializarea Educație fizică și sportivă/Kinetoterapie și motricitate specială)**						
2.2. Titularul activităților de curs	Conf. univ. Ungureanu-Dobre Aurora						
2.3. Titularul activităților de laborator	Conf. univ. Ungureanu-Dobre Aurora						
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Ob.

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6. seminar/laborator	28

Distribuția fondului de timp - ore/săpt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	15
Tutoriat	4
Examinări	4
Alte activități.....	6

3.7. Total ore studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	125
3.9. Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Elemente de Psihologia educației, Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculumului, Teoria și metodologia instruirii, Teoria și metodologia evaluării
4.2. de competențe	• Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Aula 1 – Facultatea de Educație Fizică și Sport Instalații și materiale auxiliare necesare desfășurării lecțiilor teoretice de curs (laptop, internet, tablă).
5.2. de desfășurare a	Cabinetul de metodica / Terenuri și săli de sport ale Facultatea de Educație

seminarului/laboratorului	Fizică şi Sport / Instalaţii şi materiale auxiliare necesare desfăşurării lecţiilor lucrărilor practice (laptop, internet, prezentari PP, tablă, coli cartonate, carioci colorate).

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Argumentează potenţialul formativ al teoriilor, principiilor şi practicilor didactice specifice domeniului. Descrie şi corelează principalele metode şi instrumente de evaluare / autoevaluare a rezultatelor şcolare. Explică şi interpretează semnificaţiile rezultatelor evaluării cu evidenţierea rolului ameliorativ al acesteia.
Abilităţi	Studentul/Absolventul: Dezvoltă contexte diverse în proiectarea activităţii didactice, în care copiii/elevii/tinerii pot demonstra progresul în dezvoltarea competenţelor, facilitând autoevaluarea, reflecţia şi stabilirea noilor obiective de învăţare. Utilizează în proiectarea, desfăşurarea, evaluarea şi reglarea procesului didactic, cunoştinţele specifice domeniului/disciplinei şi didacticii domeniului/disciplinei. Utilizează o gamă largă de metode şi instrumente de evaluare, înregistrare, analiză şi comunicare a rezultatelor evaluării, specifice domeniului. Evaluează pe baza reperelor sau standardelor de evaluare şi a progresului individual.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Aplică în mod consecvent abordările didactice care susţin dezvoltarea competenţelor de literaţie, numeraţie, digitale şi civice. Realizează evaluări şi autoevaluări ale activităţii educaţionale cu respectarea normelor de etică şi deontologie profesională.

7. Conţinuturi

7.1. Curs	Metode de predare	Observaţii
1. Curriculumul şcolar – concretizări în Didactica specializării - *Educaţie fizică şi sport* Didactica generală şi Didactica specializării. Concepte cheie utilizate Curriculum-ul şcolar. Interdependenţa finalităţi-conţinuturi-strategii de instruire-strategii de evaluare. Documente curriculare	• prelegerea • explicaţia • dezbaterea • problematizarea • Prezentare PowerPoint	2 ore
2. Finalităţile educaţionale Competenţa – un megarezultat Categorii de competenţe. Exemplificări Relaţia competenţe-obiective	• prelegerea • explicaţia • dezbaterea • problematizarea • prezentare PowerPoint	4 ore
3. Conţinuturi curriculare. Aplicaţii la specializare - *Educaţie fizică şi sport* Modalităţi de structurare a conţinuturilor Inter-, multi-, transdisciplinaritate, abordarea integrată	• prelegerea • explicaţia • dezbaterea • problematizarea • reflecţia	2 ore
4. Strategii didactice utilizate în predare (adaptări la specificul *Educaţiei fizice şi sport*) Tipuri de strategii didactice: criterii de structurare; alegerea strategiilor Componente ale strategiilor de instruire: metode de instruire; mijloace de învăţământ; forme de organizare a activităţii	• prelegerea • explicaţia • dezbaterea • problematizarea • reflecţia • exerciţiul	4 ore

5. Metodologia de instruire – componentă esențială a strategiei Clarificări conceptuale. Clasificări ale metodelor Metode clasice şi metode moderne utilizate în predarea disciplinei de specialitate Relația metode-mijloace de învățământ	• prelegerea • explicația • dezbaterea • problematizarea • reflecția • prezentare PowerPoint	4 ore
6. Forme și moduri de organizare a instruirii Forme de organizare a procesului de instruire Forme de organizare a activităţii de învăţare Lecția – tipuri şi variante; structură	• prelegerea • explicația • dezbaterea • problematizarea • reflecția	2 ore
7. Evaluarea didactică. Adaptări la specificul specializării - *Educație fizică și sport* Principalele metode și instrumente folosite în evaluarea elevilor Asigurarea succesului elevilor Implicarea elevilor în autoevaluare	• prelegerea • explicația • dezbaterea • problematizarea • reflecția	4 ore
8. Proiectarea didactică. Direcții generale și specifice de acțiuni Niveluri, tipuri, etape Planificarea calendaristică Proiectarea lecției Creativitatea profesorului în proiectare	• prelegerea • explicația • dezbaterea • problematizarea • reflecția • prezentare PowerPoint	6 ore

Bibliografie

- Albu C-tin., A. Albu, T.B. Vlad, I. Iacob (2006). *Psihomotricitatea.* Iaşi. Editura Institutul European
- Baciu, L. *et al.* (coord.) (2014). *Îndrumar de practică studenţească interdisciplinară.* Tîrgu Mureş: Editura Zethus.
- Cătăneanu S. M. și Ungureanu - Dobre A. (2016). *Educație Fizică și Sportivă Școlară – Teoria și Metodica Predării - Ediția a II - a, Revăzută Și Adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Cucoş, C. (2014). *Pedagogie*, ediţia a III-a, revăzută şi adăugită. Iaşi: Editura Polirom.
- Dragnea, A. *et al.* (2006). *Educație fizică și sport. Teorie și didactică.* București: FEST. Disponibil: https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdfNastas, S., Pisău, A., Hîncu, I., Sîrbu, M. (2018). *Ghid metodologic: instrumente de implementare a tehnologiilor în învățământul general.* Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, Institutul de Științe ale Educației. Disponibil: http://ise.md/uploads/files/1548841870_nastas.pdf
- Dragnea, A. *et al.* (2006). *Educație fizică și sport. Teorie și didactică.* București: FEST. Disponibil în: https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdf
- Frăsineanu, E. S (coord.), Ştefan, M. A., Popescu, A.M., Novac, C., Mogonea, F., Mogonea, F.R., Ilie, V., Călin, R.A. (2014). *Ghid de practică pedagogică.* Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2014). *Ghid de practică pedagogică.* Cluj-Napoca: Editura Eikon. Disponibil: https://cdn.uav.ro/documente-psihologie/Practica/Ghid-practic%C4%83-pedagogic%C4%83.pdf
- Laiu, E., Curpănaru, G. L., Macovei, A. (coord). (2024). *Mentorat și calitate. Premisa performanței în educație.* Disponibil în: https://www.ccdneamt.ro/new/wp-content/uploads/2024/10/Mentorat-si-Calitate_03-10-2024.pdf
- Manolescu, M. (2006). *Ghid de practică pedagogică. Portofoliu de practică pedagogică pentru cursanți.* Disponibil: http//*hiphi.ubbcluj.ro/Public/File/sup_curs/istorie*
- Pălăşan, T., Voinea, M. (2012). *Ghid pentru practica pedagogică.* Braşov: Universitatea Transilvania. Disponibil în: http//www.unitbv.ro/Portals/2/Documente/.../Ghid_practica_FPSE.pdf
- Peştean, V. (2025). Strategies to motivate and involve trainees during the mentoring process. *Culture, Globalisation and Intercultural Perspectives*, 121.
- Petrache, A. D. (coord.).(2023). *Ghid de practică pedagogică.* Sibiu: Editura Universităţii

„Lucian Blaga". Disponibil în: https://www.eprof.ro/wp-content/uploads/2024/04/5.-Ghid-practica-pedagogica-final.pdf
- Raţă G. (2008). *Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Iaşi: Editura PIM
- Raţă G. (2008). *Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Iaşi: Editura PIM.
- Stănescu, M. (2002). *Educaţie fizică la preşcolarii şi şcolarii mici – o abordare psihomotrică.* Bucureşti: Editura Semne.
- Tacu, C. (2025). Proiectul–metodă complementară de predare-învățare-evaluare. Ghid metodologic–aplicativ (pentru elevi și cadre didactice). Disponibil în: https://irek.ase.md:443/xmlui/handle/123456789/3813
- Ungureanu-Dobre A., (2023). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare. Ediție revăzută și adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu - Dobre A. (2019). *Didactica Specialității - Educație Fizică și Sport - Nivelul I - Învățământul Preșcolar, Primar, Gimnazial și Special - Ediția a -II-a Reeditată și adăugită - CURS DE BAZĂ.* București, Editura Bren.
- Ungureanu A. (2013) - *Teoria Educaţiei Fizice şi Sportului - Curs De Baza.* Bucuresti Editura BREN.
- Ungureanu, A. (2013). *Ghiduri de bune practici - Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Bucureşti: Editura MATRIX ROM.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice şi Sportului – Editia a II a.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice în Învăţământul Preşcolar şi Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu, A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii.* Bucureşti: Editura Pro Universitaria.
- Ungureanu A. (2009). *Metodica educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A., Ionescu, I., Lupu-Bangă, J., colaborator Cătăneanu S. (2008). *Ghid de practică pedagogică.* Craiova, Editura Universitaria.

BIBLIOTECI VIRTUALE

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din Bucureşti - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Ştiinţe ale Educaţiei - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

7.2. Seminar	Metode de predare	Observaţii
1. Curriculumul şcolar – concretizări în Didactica specializării - *Educaţie fizică şi sport* .Raportul Didactică generală – Didactica specializării Interdependenţa finalităţi-conţinuturi-strategii de instruire-strategii de evaluare Documente curriculare	• conversaţia • dezbaterea • prezentare PowerPoint	2 ore
2. Finalităţile educaţionale Competenţa – un megarezultat. Categorii de competenţe. Exemplificări Relaţia competenţe-obiective Aplicaţii adapatate specializării	• conversaţia euristică • dezbaterea colectivă • exerciţiul • simularea • problematizarea	4 ore
3. Conţinuturi curricular specifice specializării - *Educaţie fizică şi sport* Modalităţi de structurare a conţinuturilor Inter-, multi-, transdisciplinaritate, abordarea integrată	• conversaţia euristică • dezbaterea colectivă • exerciţiul	2 ore

	• simularea • problematizarea	
4. Strategii didactice adaptate specializării Tipuri de strategii didactice Criterii de structurare Alegerea strategiilor Aplicaţii specifice specializării	• conversaţia • dezbaterea • prezentare PowerPoint • exerciţiul • problematizarea	4 ore
5. Sistemul metodelor de învăţământ Clarificări conceptuale Clasificări ale metodelor Metode clasice şi metode moderne utilizate în predarea disciplinei de specialitate Aplicaţii la specializare, exemplificări la specializare	• conversaţia euristică • dezbaterea colectivă • exerciţiul • simularea • problematizarea	4 ore
6. Mijloacele de învăţământ Importanţă. Clasificarea mijloacelor de învăţământ. Mijloacele moderne. Utilizarea NTIC-urilor în predarea disciplinei de specialitate Mijloace didactice utilizate în predarea disciplinei de specialiate - *Educaţie fizică şi sport*	• reflecţia • conversaţia • problematizarea • dezbaterea • prezentare PowerPoint	2 ore
7. Forme şi moduri de organizare a instruirii Forme de organizare a procesului de instruire Forme de organizare a activităţii de învăţare Lecţia – tipuri şi variante; structură	• exerciţiul • problematizarea • reflecţia	2 ore
8. Evaluarea didactică Principalele metode folosite în evaluarea elevilor Asigurarea succesului elevilor Implicarea elevilor în autoevaluare Aplicaţii adapatate specializării - *Educaţie fizică şi sport*	• exerciţiul • problematizarea • simularea	4 ore
9. Proiectarea didactică Niveluri, tipuri, etape Planificarea calendaristică Proiectarea pe unităţi de învăţare Proiectarea lecţiei Creativitatea profesorului în proiectare Aplicaţii adaptate specializării - *Educaţie fizică şi sport*	• exerciţiul de reflecţie • descoperirea • problematizarea • simularea • Prezentare PowerPoint	4 ore
Bibliografie		

- Baciu, L. *et al.* (coord.) (2014). *Îndrumar de practică studenţească interdisciplinară.* Tîrgu Mureş: Editura Zethus.
- Cătăneanu S. M. şi Ungureanu - Dobre A. (2016). *Educaţie Fizică şi Sportivă Şcolară – Teoria şi Metodica Predării - Ediţia a II - a, Revăzută Şi Adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Cucoş, C. (2014). *Pedagogie*, ediţia a III-a, revăzută şi adăugită. Iaşi: Editura Polirom.
- Dragnea, A. *et al.* (2006). *Educaţie fizică şi sport. Teorie şi didactică.* Bucureşti: FEST. Disponibil: https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdfNastas, S., Pisău, A., Hîncu, I., Sîrbu, M. (2018). *Ghid metodologic: instrumente de implementare a tehnologiilor în învăţământul general.* Chişinău: Ministerul Educaţiei, Culturii şi Cercetării al Republicii Moldova, Institutul de Ştiinţe ale Educaţiei. Disponibil: http://ise.md/uploads/files/1548841870_nastas.pdf
- Dragnea, A. *et al.* (2006). *Educaţie fizică şi sport. Teorie şi didactică.* Bucureşti: FEST. Disponibil în: https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdf
- Frăsineanu, E. S (coord.), Ştefan, M. A., Popescu, A.M., Novac, C., Mogonea, F., Mogonea, F.R., Ilie, V., Călin, R.A. (2014). *Ghid de practică pedagogică.* Craiova: Editura Sitech.
- Herlo, D. (coord.). (2014). *Ghid de practică pedagogică.* Cluj-Napoca: Editura Eikon.

Disponibil: https://cdn.uav.ro/documente-psihologie/Practica/Ghid-practic%C4%83-pedagogic%C4%83.pdf

- Laiu, E., Curpănaru, G. L., Macovei, A. (coord). (2024). *Mentorat și calitate. Premisa performanței în educație*. Disponibil în: https://www.ccdneamt.ro/new/wp-content/uploads/2024/10/Mentorat-si-Calitate_03-10-2024.pdf
- Manolescu, M. (2006). *Ghid de practică pedagogică. Portofoliu de practică pedagogică pentru cursanți.* Disponibil: http//*hiphi.ubbcluj.ro/Public/File/sup_curs/istorie*
- Pălășan, T., Voinea, M. (2012). *Ghid pentru practica pedagogică.* Brașov: Universitatea Transilvania. Disponibil în: http//www.unitbv.ro/Portals/2/Documente/.../ Ghid_practica_FPSE.pdf
- Peştean, V. (2025). Strategies to motivate and involve trainees during the mentoring process. *Culture, Globalisation and Intercultural Perspectives*, 121.
- Petrache, A. D. (coord.).(2023). *Ghid de practică pedagogică*. Sibiu: Editura Universității „Lucian Blaga". Disponibil în: https://www.eprof.ro/wp-content/uploads/2024/04/5.-Ghid-practica-pedagogica-final.pdf
- Raţă G. (2008). *Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Iaşi: Editura PIM
- Stănescu, M. (2002). *Educaţie fizică la preşcolarii şi şcolarii mici – o abordare psihomotrică.* Bucureşti: Editura Semne.
- Tacu, C. (2025). Proiectul–metodă complementară de predare-învățare-evaluare. Ghid metodologic–aplicativ (pentru elevi și cadre didactice). Disponibil în: https://irek.ase.md:443/xmlui/handle/123456789/3813
- Ungureanu-Dobre A., (2023). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare. Ediție revăzută și adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu - Dobre A. (2019). *Didactica Specialității - Educație Fizică și Sport - Nivelul I - Învățământul Preșcolar, Primar, Gimnazial și Special - Ediția a -II-a Reeditată și adăugită - CURS DE BAZĂ*. București, Editura Bren.
- Ungureanu A. (2013) - *Teoria Educaţiei Fizice şi Sportului - Curs De Baza*. Bucuresti Editura BREN.
- Ungureanu, A. (2013). *Ghiduri de bune practici - Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Bucureşti: Editura MATRIX ROM.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice şi Sportului – Editia a II a*. Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice în Învăţământul Preşcolar şi Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu, A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii.* Bucureşti: Editura Pro Universitaria.
- Ungureanu A. (2009). *Metodica educaţiei fizice şi sportului*. Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A., Ionescu, I., Lupu-Bangă, J., colaborator Cătăneanu S. (2008). *Ghid de practică pedagogică*. Craiova, Editura Universitaria.
- ***Ministerul Educației Naționale, Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educației naționale nr. 3393/28.02.2017 - Programa școlară pentru disciplina educație Fizică și Sport Clasele a V-a - a VIII-, București 2017.
- ***Ministerul Educaţiei Naţionale Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educaţiei naţionale nr. 3418/19.03.2013 - *Programa şcolară pentru Educaţie Fizică, Clasa pregătitoare, clasa I şi clasa a II-a*, Bucureşti, 2013
- ***Ministerul Educaţiei Naţionale - Anexa nr. 2 la ordinul ministrului educaţiei naţionale nr. 5002/02.12.2014 - *Programa şcolară pentru disciplina Educaţie Fizică, Clasele a III-a şi clasa a IV-a*, Bucureşti, 2014

BIBLIOTECI VIRTUALE

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din București - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Științe ale Educației - https://ise.md/biblioteca-virtuala/

- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

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

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fișe pot fi folosite ca suport de către studenți în studiul disciplinelor psihopedagogice din cadrul Programului de formare psihopedagogică în vederea certificării pentru profesia didactică.
Activitățile desfășurate sunt în consens cu așteptările comunității academice, ale angajatorilor din învățământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim și creativ potențialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar și pentru sistemul "on line".

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	-capacitate de argumentare, exemplificare -valorificarea corectă a termenilor pedagogici și a teoriilor psihopedagogice -prezentarea adecvată a unor situații educaționale sau de instruire sugestive	- Probă scrisă	60%
9.5. Seminar/laborator	- analiză critică și reflexivă în realizarea proiectului de lecție; - corectitudinea și completitudinea rezolvării sarcinilor.	- Lucrare aplicativă: Proiect de lecție -Rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului	20% 20%
9.6. Standard minim de performanță Obținerea notei 5			
Nota finală se compune din: a. punctajul obținut la examenul derulat față în față, în proporție de 60%; b. activitatea desfășurată pe parcursul semestrului, la curs și seminar – 20% c. evaluarea sarcinii aplicative de seminar 20%. Condițiile pentru promovarea examenului sunt: minim 5 puncte din nota finală (punctaj reunit: evaluare activitate curs și seminar).			

Data completării Semnătura titularului

Semnătura directorului de departament,

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
DEPARTAMENTUL PENTRU PREGĂTIREA PERSONALULUI DIDACTIC
Craiova, Str. Al.I. Cuza, nr. 13, 200585,
tel: +40-251-422567, fax:+40-251-422567, www.ucv.ro, e-mail: dppd@central.ucv.ro

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Științe ale Educației
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competențelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**Practica pedagogică de specialitate în învățământul preuniversitar (specializarea ESC, KTC**						
2.2. Titularul activităţilor de curs	-						
2.3. Titularul activităţilor de practică	UNGUREANU-DOBRE AURORA						
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	OB.

3. Timpul total estimat (ore pe semestrul al activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	-	3.3. seminar/laborator	3
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	-	3.6. seminar/laborator	42

Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	7
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	8
Tutoriat	4
Examinări	3
Alte activităţi.....	3

3.7. Total ore studiu individual	33
3.8. Total ore pe semestru	75
3.9. Numărul de credite	3

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Elemente de Psihologia educației, Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculumului, Teoria și metodologia instruirii, Teoria și metodologia evaluării, Didactica specializării
4.2. de competenţe	• Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	-
5.2. de desfăşurare a seminarului/laboratorului	Unități de învățământ preuniversitar/școli de aplicație

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Corelează reglementările legale care privesc sistemul de învăţământ şi politicile educaţionale curente. Identifică implicaţiile practice ale reglementărilor legale şi de politică educaţională în luarea deciziilor la nivelul instituţiei şi al clasei/grupului. Argumentează fundamentarea unor decizii şi iniţiative educaţionale, pe baza culegerii de date şi informaţii relevante privind rezultatele învăţării.
Abilităţi	Studentul/Absolventul: Adaptează sarcinile de proiectare, realizare şi evaluare a activităţilor instructiv-educative specifice în condiţii de autonomie restrânsă şi de asistenţă calificată. b) Aplică reglementările legale care privesc sistemul de învăţământ şi politicile educaţionale curente. c) Proiectează procese de planificare strategică şi decizionale din cadrul instituţiei. d) Iniţiază colaborări în dezvoltarea sustenabilă a şcolii, prin iniţierea şi derularea unor acţiuni specifice la nivel de instituţie.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Respectă normele de etică, de integritate academică şi de conduită profesională. Contribuie la dezvoltarea unei culturi organizaţionale democratice, incluzive, participative, centrată pe valorile europene, la nivelul instituţiei educaţionale. Comunică demn, responsabil, cu privire la instituţia educaţională şi promovează imaginii acesteia în comunitate. Adoptă decizii educaţionale cu referiri explicite la date, informaţii relevante şi reglementări legale şi de politică educaţională aflate în vigoare.

7. Conţinuturi

Tipuri de activităţi	Metode de predare	Observaţii
1. Activitate organizatorică Importanţa practicii pedagogice în sistemul formării iniţiale pentru cariera didactică Activităţile şi competenţele profesionale care fac obiectul stagiului de practică pedagogică	• observaţia • studiul independent • explicaţia • analiza documentelor curriculare	2 ore
2. Observare directă a mediului şcolar şi a clasei de elevi. Studiul particularităţilor individuale ale elevilor şi a caracteristicilor psihosociale ale clasei	• observaţia • explicaţia • demonstraţia • problematizarea • dezbaterea • brainstormingul	4 ore
3. Analiza documentelor curriculare specifice învăţământului obligatoriu, cu adaptări în funcţie de specializare *Plan de învăţământ* *Planificare, pe module* *Programă şcolară* *Manuale etc*	• explicaţia • problematizarea • dezbaterea • jocul de rol, • studiul de caz, • brainstormingul • conflictul cognitiv	4 ore
4. **Observare de lecţii şi susţinerea de secvenţe de lecţii sub monitorizare** **Observare indirectă, prin vizionarea de filme sau exemple de bună practică**	• observaţia • problematizarea • dezbaterea • brainstormingul • explicaţia • prezentare PowerPoint	12 ore
5. **Analiza critică şi propunerea de alternative sau scenarii concurente la situaţiile educaţionale observate**	• explicaţia • problematizarea • dezbaterea	10 ore

	• jocul de rol, • studiul de caz, • brainstormingul • conflictul cognitiv	
6. **Activităţi de proiectare didactică:** proiecte de lecţii, de diferite tipuri; probe de evaluare – în funcţie de specificul fiecărei specializări	• problematizarea • dezbaterea • reflecţia • brainstormingul • prezentare PowerPoint	4 ore
7. **Activităţi de consultanţă metodologică acordată de mentorul şi coordonatorul de practică pedagogică (lămurirea diverselor aspecte/probleme întâmpinate de studenţi)**	• explicaţia • problematizarea • dezbaterea • jocul de rol, • studiul de caz, • brainstormingul • conflictul cognitiv	4 ore
8. **Activităţi de consultanţă metodologică acordată de mentorul şi coordonatorul de practică pedagogică cu privire la completarea şi perfecţionarea portofoliului de practică pedagogică**	• problematizarea, • studiul independent • studiul de caz • analiza documentelor curriculare • reflecţia	2 ore
Bibliografie		

- Borovic, D. (2010). *Ghid de practica pedagogica: specializarile Educatie Civică, ştiinţe politice, filosofie şi alte discipline socio-umaniste*. Disponibil: https://www.researchgate.net/publication/316827556_Ghid_de_practica_pedagogica_specializarile_Educatie_Civica_stiinte_politice_filosofie_si_alte_discipline_socio-umaniste
- Cătăneanu S. M. şi Ungureanu - Dobre A. (2016). *Educaţie Fizică şi Sportivă Şcolară – Teoria şi Metodica Predării - Ediţia a II - a, Revăzută Şi Adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Dascălu, R., Voinescu, V. (2008). *Didactica specialităţii educaţia şi cultura civică.* Craiova: Editura Arves
- Laiu, E., Curpănaru, G. L., Macovei, A. (coord0. (2024). *Mentorat şi calitate. Premisa performanţei în educaţie*. Disponibil în: https://www.ccdneamt.ro/new/wp-content/uploads/2024/10/Mentorat-si-Calitate_03-10-2024.pdf
- Nastas, S., Pisău, A., Hîncu, I., Sîrbu, M. (2018). *Ghid metodologic: instrumente de implementare a tehnologiilor în învăţământul general*. Chişinău: Ministerul Educaţiei, Culturii şi Cercetării al Republicii Moldova, Institutul de Ştiinţe ale Educaţiei. Disponibil: http://ise.md/uploads/files/1548841870_nastas.pdf
- Pălăşan, T., Voinea, M. (2012). *Ghid pentru practica pedagogică.* Braşov: Universitatea TransilvaniaDisponibil:http//www.unitbv.ro/Portals/2/Documente/.../ Ghid_practica_FPSE.pdf
- Peştean, V. (2025). Strategies to motivate and involve trainees during the mentoring process. *Culture, Globalisation and Intercultural Perspectives*, 121.
- Petrache, a. D. (coord.).(2023). *Ghid de practică pedagogică.* Sibiu: Editura Universităţii „Lucian Blaga". Disponibil în: https://www.eprof.ro/wp-content/uploads/2024/04/5.-Ghid-practica-pedagogica-final.pdf
- Prodea, C., Albulescu, M. (2018). *Studii de didactica ştiinţelor socio-umane*. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană. E-book integral. Disponibil: http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2441.pdf
- Roman, R. (2018). *Ghidul practicii pedagogice.* Chişinău: Ministerul Educaţiei, Culturii şi Cercetării, Academia de muzică, teatru şi arte plastice Secţia Managementul calităţii şi dezvoltare curriculară. Disponibil: https://amtap.md/wp-content/uploads/2018/11/Practica-Pedagogica-GHID.pdf
- Şerbănescu, L., Bocoş, M. (2013). *Didactica disciplinelor psihopedagogice.* Bucureşti: Editura Matrix Rom.
- Ştefănescu, F. (2004). *Didactica disciplinelor socio-umane.* Oradea: Editura Universităţii din

Oradea. Disponibil în: https://www.socioumane.ro/downloads/publicatii/F.%20Stefanescu%20-%20Didactica%20disciplinelor%20socio-umane.pdf
- Tacu, C. (2025). *Proiectul–metodă complementară de predare-învățare-evaluare. Ghid metodologic–aplicativ (pentru elevi și cadre didactice).* Disponibil în: https://irek.ase.md:443/xmlui/handle/123456789/3813
- Ungureanu-Dobre A., (2023). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare. Ediție revăzută și adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu - Dobre A. (2019). *Didactica Specialității - Educație Fizică și Sport - Nivelul I - Învățământul Preșcolar, Primar, Gimnazial și Special - Ediția a -II-a Reeditată și adăugită - CURS DE BAZĂ.* București, Editura Bren.
- Ungureanu A. (2013) - *Teoria Educației Fizice și Sportului - Curs De Baza.* Bucuresti Editura BREN.
- Ungureanu, A. (2013). *Ghiduri de bune practici - Didactica educației fizice și sportului.* București: Editura MATRIX ROM.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educației Fizice și Sportului – Editia a II a.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educației Fizice în Învățământul Preșcolar și Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu, A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii.* București: Editura Pro Universitaria.
- Ungureanu A. (2009). *Metodica educației fizice și sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A., Ionescu, I., Lupu-Bangă, J., colaborator Cătăneanu S. (2008). *Ghid de practică pedagogică.* Craiova, Editura Universitaria.

BIBLIOTECI VIRTUALE
- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din București - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Științe ale Educației - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

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

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fișe pot fi folosite ca suport de către studenți în studiul disciplinelor psihopedagogice din cadrul Programului de formare psihopedagogică în vederea certificării pentru profesia didactică.
Conținutul cursului este în consens cu așteptările comunității academice, al angajatorilor din învățământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim și creativ potențialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar și pentru sistemul "on line".

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Activitate practică	a) *Evaluare continuă* pe parcursul desfășurării practicii, având în vedere participarea activă și responsabilă în desfășurarea activităților specifice practicii pedagogice;	Observarea sistematică Rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului care să faciliteze elaborarea lucrărilor din portofoliul de practică	50%

	b) *Evaluare sumativă* în cadrul colocviului de practică; acordarea notei finale va lua în considerare următorii indicatori: - calitatea materialelor ce alcătuiesc portofoliul prezentat la încheierea practicii pedagogice; - modul de soluţionare a problemelor abordate în cadrul colocviului, capacitatea de a opera cu o serie de concepte în analiza şi interpretarea procesului educaţional.	Susținerea portofoliului	50%
9.5. Standard minim de performanţă Obținerea notei 7			
Nota finală se compune din: a. punctajul obţinut la colocviul derulat față în față, în proporţie de 50%; b. activitatea desfășurată pe parcursul semestrului, la practica pedagogică– 50%. Condiţiile pentru promovare sunt: minim 7 puncte din nota finală (punctaj reunit: evaluarea la colocviu și evaluarea pe parcursul practicii pedagogice propriu-zise).			

Data completării Semnătura titularului

Semnătura directorului de departament,

FIŞA DISCIPLINEI
MANAGEMENTUL CLASEI DE ELEVI
2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2.Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţe ale Educaţiei
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competenţelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**Managementul clasei de elevi**						
2.2. Titularul activităţilor de curs	Conform Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.3. Titularul activităţilor de laborator	Conform Statului de funcţii al DPPD Statului de funcţii al DPPD (Mogonea Florentin Remus)						
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Ob.

Obs. Pentru Facultatea de Litere, dublă specializare, disciplina se desfăşoară în anul III, semestrul I.

3. Timpul total estimat (ore pe semestrul al activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învăţământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	14

Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	12
Tutoriat	5
Examinări	5
Alte activităţi.....	1
3.7. Total ore studiu individual	47
3.8. Total ore pe semestru	75
3.9. Numărul de credite	3

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Elemente de: Psihologia educaţiei; Fundamentele pedagogiei. Teoria şi metodologia curriculumului; Teoria şi metodologia instruirii; Teoria şi metodologia evaluării; Didactica specializării; Instruire asistată de calculator
4.2. de competenţe	Capacităţi de analiză, sinteză, transfer, gândire critică

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• On site/on line
5.2. de desfăşurare a seminatului/laboratorului	• On site/on line

6. Competenţe specifice acumulate

Competenţe profesionale	C4.5. Dezvoltarea capacităţii de comunicare şi colaborare în mediul virtual; C6.1. Cunoaşterea dezvoltărilor teoretice, metodologice şi practice din domeniul managementului şi leadershipului educaţional; C6.2. Utilizarea aparatului conceptual şi metodologic de bază pentru explicarea unor situaţii de tip managerial; C6.3. Aplicarea unor principii şi metode de bază în adoptarea unor decizii pertinente, constructive, pentru rezolvarea unor situaţii manageriale;
Competenţe transversale	Dezvoltarea instituţională a şcolii şi a partenariatului şcoală – comunitate; Managementul carierei şi dezvoltarea personală; Cercetarea educaţională aplicativă.

7. Obiectivele discipline (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Familiarizarea cu specificul managementului educaţional, cu aspectele specifice managementului clasei de elevi
7.2. Obiectivele specifice	***A. Obiective cognitive*** - Cunoaşterea şi înţelegerea relaţiilor dintre conceptele-cheie, prin raportare la specificul managementului educaţional; - Explicarea şi interpretarea diferitelor teorii referitoare la problematica managementului clasei de elevi; - Analiza principalelor activităţi manageriale, a stilurilor de conducere şi a specificului disciplinei şcolare ***B. Obiective procedurale*** - Aplicarea cunoştinţelor despre managementul clasei de elevi în descrierea concepţiilor, situaţiilor pedagogice formale; - Formarea capacităţii de argumentare a ideilor exprimate în legătură cu managementul clasei de elevi; - Utilizarea corectă a comunicării, din perspectivă managerială ***C. Obiective atitudinale*** - Formarea unei atitudini pozitive faţă de problematica managementului clasei de elevi; - Respectarea normelor de deontologie profesională (a codului deontologic al profesorului); - Cooperarea în vederea rezolvării diferitelor sarcini de învăţare; - Cultivarea responsabilităţii în realizarea unor funcţii specifice actului educative

8. Conţinuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observaţii
*1.*Specificul managementului educaţional: delimitări conceptuale, relaţia dintre managementul	Prelegerea Conversaţia	2 ore On site/on line

educațional și managementul clasei de elevi.Modele ale managementului clasei de elevi;		
2. Mediul educațional și climatul clasei: dezvoltare emoțională și well-being;	Conversația Problematizarea	2 ore On site/on line
3.Managementul comportamentului și al comunicării în context educațional (reguli, rutine, interacțiuni);	Conversația Dezbaterea	2 ore On site/on line
4.Managementul sarcinilor și al resurselor educaționale;	Conversația Hărțile conceptuale	2 ore On site/on line
5. Determinanți ai managementului clasei: atenție, motivație, coping, reziliență, așteptări și feedback;	Studiul de caz Jocul de rol	2 ore On site/on line
6. Influențe ale ergonomiei școlare (culoare, sunet, dispunere);	Problematizarea Dezbaterea	2 ore On site/on line
7. Managementul grupurilor educaționale și al conflictelor din clasă (strategii de negociere și mediere școlară);	Metoda predării reflexive Problematizarea	2 ore On site/on line
Bibliografie		

- Ceobanu, C. (2012).Managementul clasei de elevi. În
- https://ro.scribd.com/document/136056583/Managementul-Clasei-de-Elevi
- Cojocariu, V.M. (2004). Introducere în managementul educației. București: Editura Didactică și Pedagogică.
- Frăsineanu, E.S. (2014). Pedagogie. Managementul clasei de elevi. Craiova: Editura Sitech.
- Ilie, V. (2009). Elemente de management și leadership educațional. Pitești: Editura Paralela 45.
- Ionescu, D. Managementul conflictelor. În
- https://www.academia.edu/19191915/Managementul_Conflictelor
- Iosifescu, Ş. (coord.).(2002). Management educațional. Iași: Institutul Român de Management, Ed. CRMO.(vol I și II). Disponibil și în http://www.gnac.ro/biblioteca/manuale-de-management-
- educational/management-educational
- Iucu, B.R. (2000). Managementul şi gestiunea clasei de elevi. Fundamente teoretico-metodologice. Iași:Editura Polirom. Disponibil și în https://www.scrigroup.com/didactica-pedagogie/MANAGEMENTUL-SI-
- GESTIUNEA-CLAS15179.php
- Iucu, B.R. (2006). Managementul şi gestiunea clasei de elevi.Aplicaíi pentru gestionarea situaíilor de criză educațională (ediția a II-a revizuită și adăugită). Iași: Polirom
- Joiţa, E. (2004). Managementul educațional. Profesorul – manager. Craiova: Editura Sitech.
- Kuhlmann, T. (2014) .Tips to Give Effective Feedback for Online Courses. In
- http://blogs.articulate.com/rapid-elearning/give-effective-feedback-online-training/.
- Maciuc, I. (2007). Management educațional. Formarea competenței manageriale a profesorului. Craiova:Editura Sitech.
- Mayer, R. E. (2012). Cognitive Theory of Multimedia Learning. In
- https://www.instructionaldesign.institute/uploads/3/1/2/2/31221959/mayer_richard_cognitive_theory_of_multimedia_learning.pdf.
- Mihuleac, E. (1999). Ştiinţa managementului. Teorie şi practică. Bucureşti: Editura Tempus.
- Mogonea, F. (2009). Profesorul şi managementul clasei de elevi. Fundamente teoretice. Ipoteze şi soluţiiaplicative. Sarcini şi instrumente de lucru. Profilul de competenţă managerială a profesorului. Craiova:Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2014). Managementul programelor şi proiectelor educaţionale. Cluj-Napoca: Editura PresaUniversitară Clujeană.

- Munteanu, T., Cuslii, E. (2015). Comunicarea online- cheia succesului unui curs de predare la distanță. În http://repository.utm.md/bitstream/handle/5014/1134/Conf_UTM_2015_II_pg426-
- 429.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Niculescu, M. (2016). Managementul clasei de elevi. Presa Universitară Clujeană. Disponibil și înfile:///C:/Users/sarah/Downloads/Maria_Niculescu_Managementulclasei.pdf
- Olsen, J. (2009). Noi metode și strategii pentru managementul clasei. București: Didactica Publishing House.
- Owen, J. (2008). Cum să fii un bun manager. Iași: Editura Polirom.
- Păun, E. (2017).Pedagogie. Provocări și dileme privind școala și profesia didactică. Iași: Editura Polirom.
- Pânișoară, G., Pânișoară, I.O. (2004). Managementul resurselor umane. Ghid practic. Iași: Editura Polirom.
- Petelean, A. (2006). Managementul conflictelor. București: Editura Didactică și Pedagogică.
- Popescu, A. M. (2014). Managementut conflictului în organizația școlară. Craiova: Editura Sitech.Disponibilhttps://dppdccppcraiova.files.wordpress.com/2017/04/popescu_mihaela_management-conflictului-in-organizatia-scolara.pdf
- Rusu, C. (2005). Managementul clasei de elevi. În https://www.academia.edu/25318095/MANAGEMENTUL_CLASEI_DE_ELEVI
- Stan, E. (2003). Managementul clasei. București: Editura Aramis.
- Ștefan, M.A. (2014). Dezvoltarea competenței de învățare autonomă la studenți. Craiova: Editura Sitech.Disponibil și https://dppdccppcraiova.files.wordpress.com/2017/04/stefan_mihaela_dezvoltarea-
- competentei-de-invatare-autonoma-la-studenti.pdf
- Tiron, E. (2011). Managementul clasei de elevi. Iași : Editura Performantica. Disponibil și în
- https://dppd.tuiasi.ro/wp-content/uploads/2020/03/MCE-1-100.pdf

BIBLIOTECI VIRTUALE:

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books -
- http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din București - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Științe ale Educației - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1.Convergența norme clasă-cultura școlară	Conversația Dezbaterea	2 ore On site/on line
2. Relații și interacțiuni sociale în clasa de elevi	Studiul de caz Jocul de rol	2 ore On site/on line
3. Atracția interpersonală în clasa de elevi	Studiul de caz	2 ore

	Problematizarea	On site/on line
4.Consecințe negative ale unui management defectuos în clasa de elevi	Metoda predării reflexive	2 ore On site/on line
5. Consecințe negative ale unui management defectuos în clasa de elevi	Worl Café Jocul de rol Dezbaterea	2 ore On site/on line
6.Strategii de intervenție a cadrului didactic în situații de criză educațională	Metoda predării reflexive	2 ore On site/on line
7. Strategii de intervenție a cadrului didactic în situații de criză educațională	Worl Café Jocul de rol Dezbaterea	2 ore On site/on line

- Ceobanu, C. (2012).Managementul clasei de elevi. În
- https://ro.scribd.com/document/136056583/Managementul-Clasei-de-Elevi
- Cojocariu, V.M. (2004). Introducere în managementul educației. București: Editura Didactică și Pedagogică.
- Frăsineanu, E.S. (2014). Pedagogie. Managementul clasei de elevi. Craiova: Editura Sitech.
- Ilie, V. (2009). Elemente de management şi leadership educaţional. Piteşti: Editura Paralela 45.
- Ionescu, D. Managementul conflictelor. În
- https://www.academia.edu/19191915/Managementul_Conflictelor
- Iosifescu, Ş. (coord.).(2002). Management educaţional. Iaşi: Institutul Român de Management, Ed. CRMO.(vol I și II). Disponibil și în http://www.gnac.ro/biblioteca/manuale-de-management-
- educational/management-educational
- Iucu, B.R. (2000). Managementul şi gestiunea clasei de elevi. Fundamente teoretico-metodologice. Iaşi:Editura Polirom. Disponibil și în https://www.scrigroup.com/didactica-pedagogie/MANAGEMENTUL-SI-
- GESTIUNEA-CLAS15179.php
- Iucu, B.R. (2006). Managementul şi gestiunea clasei de elevi.Aplicaíi pentru gestionarea situaíilor de criză educațională (ediția a II-a revizuită și adăugită). Iași: Polirom
- Joiţa, E. (200 4 terț). Managementul educaţional. Profesorul – manager. Craiova: Editura Sitech.
- Kuhlmann, T. (2014) .Tips to Give Effective Feedback for Online Courses. In
- http://blogs.articulate.com/rapid-elearning/give-effective-feedback-online-training/.
- Maciuc, I. (2007). Management educaţional. Formarea competenţei manageriale a profesorului. Craiova:Editura Sitech.
- Mayer, R. E. (2012). Cognitive Theory of Multimedia Learning. In
- https://www.instructionaldesign.institute/uploads/3/1/2/2/31221959/mayer_richard_cognitive_theory_of_multimedia_learning.pdf.
- Mihuleac, E. (1999). Ştiinţa managementului. Teorie şi practică. Bucureşti: Editura Tempus.
- Mogonea, F. (2009). Profesorul şi managementul clasei de elevi. Fundamente teoretice. Ipoteze şi soluţiiaplicative. Sarcini şi instrumente de lucru. Profilul de competenţă managerială a profesorului. Craiova:Editura Universitaria.
- Mogonea, F.R. (2014). Managementul programelor şi proiectelor educaţionale. Cluj-Napoca: Editura PresaUniversitară Clujeană.
- Munteanu, T., Cuslii, E. (2015). Comunicarea online- cheia succesului unui curs de predare la distanță. În http://repository.utm.md/bitstream/handle/5014/1134/Conf_UTM_2015_II_pg426-
- 429.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Niculescu, M. (2016). Managementul clasei de elevi. Presa Universitară Clujeană.

Disponibil și înfile:///C:/Users/sarah/Downloads/Maria_Niculescu_Managementulclasei.pdf
- Olsen, J. (2009). Noi metode și strategii pentru managementul clasei. București: Didactica Publishing House.
- Owen, J. (2008). Cum să fii un bun manager. Iași: Editura Polirom.
- Păun, E. (2017).Pedagogie. Provocări și dileme privind școala și profesia didactică. Iaşi: Editura Polirom.
- Pânişoară, G., Pânişoară, I.O. (2004). Managementul resurselor umane. Ghid practic. Iaşi: Editura Polirom.
- Petelean, A. (2006). Managementul conflictelor. Bucureşti: Editura Didactică și Pedagogică.
- Popescu, A. M. (2014). Managementut conflictului în organizația școlară. Craiova: Editura Sitech.Disponibilhttps://dppdccppcraiova.files.wordpress.com/2017/04/popescu_mihaela_managementul-conflictului-in-organizatia-scolara.pdf
- Rusu, C. (2005). Managementul clasei de elevi. În https://www.academia.edu/25318095/MANAGEMENTUL_CLASEI_DE_ELEVI
- Stan, E. (2003). Managementul clasei. București: Editura Aramis.
- Ștefan, M.A. (2014). Dezvoltarea competenței de învățare autonomă la studenți. Craiova: Editura Sitech.Disponibil și https://dppdccppcraiova.files.wordpress.com/2017/04/stefan_mihaela_dezvoltarea-
- competentei-de-invatare-autonoma-la-studenti.pdf
- Tiron, E. (2011). Managementul clasei de elevi. Iași : Editura Performantica. Disponibil și în
- https://dppd.tuiasi.ro/wp-content/uploads/2020/03/MCE-1-100.pdf

BIBLIOTECI VIRTUALE

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books -
- http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din București - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Științe ale Educației - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Județeană „Alexandru și Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

*NOTĂ:
Seminariile se vor desfășura pe bază de intervenții directe, dezbateri, lucru în grup etc, activități care vor fi luate în considerare la evaluarea finală.

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

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fişe pot fi folosite ca suport de către studenţi în studiul disciplinelor psihopedagogice din cadrul Programului de formare psihopedagogică în vederea certificării pentru profesia didactică.
Conţinutul cursului este în consens cu aşteptările comunităţii academice, al angajatorilor din învăţământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim şi creativ potenţialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar şi pentru sistemul "on line".

10.Evaluare:

Metode de evaluare

- pentru activităţile de seminar: analiza produselor şi intervenţiilor studentului în activităţile de seminar + participarea la realizarea şi prezentarea produselor activitatii (pentru elaborarea căruia se vor folosi cel puţin 3 surse bibliografice)
- pentru activităţile de curs - examen scris: calitatea şi coerenţa tratării celor 2 subiecte abordabile în manieră explicativ-argumentativă (30%) + un subiect de analiză şi interpretare (30%)

Evaluare finală

Prezenţa		%	Activitate seminar	2 0	%	Activitate laborator		%
Evaluări periodice		%	Lucrări aplicative	2 0	%	Proiect		%
Evaluare finală	6 0	%	[Repartizate :	scris 6 0	%	Oral		%]

Cerinţe minime (pentru nota 5)	Cerinţe maxime (pentru nota 10)
Achiziţionarea cel puţin a competenţelor C 6.1., C 6.2	Stăpânirea, în totalitate, a competenţelor testate prin sistemul de evaluare anunţat

Data **Semnătura titularului de curs** **Semnătura titularului de seminar**

Semnătura Directorului Departamentului

ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
Universitatea din Craiova
DEPARTAMENTUL PENTRU PREGĂTIREA PERSONALULUI DIDACTIC
Craiova, Str. Al.I. Cuza, nr. 13, 200585,
tel: +40-251-422567, fax:+40-251-422567, www.ucv.ro, e-mail: dppd@central.ucv.ro

FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituţia de învăţământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea/Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.3. Catedra	
1.4. Domeniul de studii	Ştiinţe ale Educaţiei
1.5. Ciclul de studii	Nivelul I
1.6. Programul de studii/Calificarea	Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competenţelor pentru profesia didactică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	**Practica pedagogică de specialitate în învăţământul preuniversitar (specializarea Educaţie fizică şi sportivă/Kinetoterapie şi motricitate specială) - 12 săptămâni**						
2.2. Titularul activităţilor de curs	-						
2.3. Titularul activităţilor de laborator	Conf. univ. Ungureanu-Dobre Aurora						
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Ob.

3. Timpul total estimat (ore pe semestrul al activităţilor didactice)

3.1. Numărul de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	-	3.3. seminar/laborator	3
3.4. Total ore din planul de învăţământ	36	din care: 3.5 curs	-	3.6. seminar/laborator	36

Distribuţia fondului de timp - ore/sapt.	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	3
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	3
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	4
Tutoriat	2
Examinări	1
Alte activităţi.....	1

3.7. Total ore studiu individual	14
3.8. Total ore pe semestru	50
3.9. Numărul de credite	2

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• Elemente de Psihologia educaţiei, Fundamentele pedagogiei, Teoria şi metodologia curriculumului, Teoria şi metodologia instruirii, Teoria şi metodologia evaluării, Didactica specializării, Practică pedagogică de specialitate în învăţământul preuniversitar (sem I).
4.2. de competenţe	• Capacităţi de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

5.1. de desfăşurare a cursului	• -
5.2. de desfăşurare a activităţilor practice	• Unităţi de învăţământ preuniversitar/şcoli de aplicaţie

6. Obiectivele disciplinei - rezultate aşteptate ale învăţării la formarea cărora contribuie parcurgerea şi promovarea disciplinei

Cunoştinţe	Studentul/Absolventul: Corelează reglementările legale care privesc sistemul de învăţământ şi politicile educaţionale curente. Identifică implicaţiile practice ale reglementărilor legale şi de politică educaţională în luarea deciziilor la nivelul instituţiei şi al clasei/grupului. Argumentează fundamentarea unor decizii şi iniţiative educaţionale, pe baza culegerii de date şi informaţii relevante privind rezultatele învăţării.
Abilităţi	Studentul/Absolventul: Adaptează sarcinile de proiectare, realizare şi evaluare a activităţilor instructiv-educative specifice în condiţii de autonomie restrânsă şi de asistenţă calificată. b) Aplică reglementările legale care privesc sistemul de învăţământ şi politicile educaţionale curente. c) Proiectează procese de planificare strategică şi decizionale din cadrul instituţiei. d) Iniţiază colaborări în dezvoltarea sustenabilă a şcolii, prin iniţierea şi derularea unor acţiuni specifice la nivel de instituţie.
Responsabilitate şi autonomie	Studentul/Absolventul: Respectă normele de etică, de integritate academică şi de conduită profesională. Contribuie la dezvoltarea unei culturi organizaţionale democratice, incluzive, participative, centrată pe valorile europene, la nivelul instituţiei educaţionale. Comunică demn, responsabil, cu privire la instituţia educaţională şi promovează imaginii acesteia în comunitate. Adoptă decizii educaţionale cu referiri explicite la date, informaţii relevante şi reglementări legale şi de politică educaţională aflate în vigoare.

7. Conţinuturi

Tipuri de activităţi	Metode de predare	Observaţii
1. **Activitate organizatorică** Activităţile şi competenţele profesionale care fac obiectul stagiului de practică pedagogică, în semestrul II	• expunerea • analiza documentelor curriculare • reflecţia • prezentare PowerPoint	2 ore
2. **Analiza documentelor curriculare specifice învăţământului obligatoriu, cu adaptări în funcţie de specializare** *Plan de învăţământ* *Planificare pe module* *Programă şcolară* *Manuale etc*	• explicaţia • problematizarea • dezbaterea • jocul de rol, • studiul de caz	4 ore
3. **Observare de lecţii şi predarea de secvenţe de lecţii, apoi de lecţii întregi sub supervizare** **Observare indirectă, prin vizionarea de filme sau exemple de bună practică**	• observaţia • problematizarea • explicaţia • explunerea	10 ore
4. **Analiza critică şi propunerea de alternative sau scenarii concurente la situaţiile educaţionale observate**	• problematizarea • dezbaterea • jocul de rol • brainstormingul • conflictul cognitiv	6 ore
5. **Activităţi de proiectare didactică:** proiecte de lecţii, de diferite tipuri; probe de evaluare – în funcţie de specificul fiecărei specializări	• problematizarea • dezbaterea • reflecţia • brainstormingul • prezentare PowerPoint	8 ore

6. Studiul particularităților individuale ale elevilor și a caracteristicilor psihosociale ale clasei	• observația • explicația • studiul de caz	4 ore
7. **Activități de consultanță metodologică acordată de mentorul și coordonatorul de practică pedagogică (lămurirea diverselor aspecte/probleme întâmpinate de studenți)**	• explicația • problematizarea • dezbaterea • jocul de rol, • studiul de caz, • conflictul cognitiv	2 ore
8. Activități de consultanță metodologică acordată de mentorul și coordonatorul de practică pedagogică cu privire la completarea și perfecționarea portofoliului de practică pedagogică	• studiul independent • analiza documentelor curriculare • reflecția	2 ore

Bibliografie

- Baciu, L. *et al.* (coord.) (2014). *Îndrumar de practică studențească interdisciplinară.* Tîrgu Mureș: Editura Zethus.
- Cătăneanu S. M. și Ungureanu - Dobre A. (2016). *Educație Fizică și Sportivă Școlară – Teoria și Metodica Predării - Ediția a II - a, Revăzută Și Adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Dragnea, A. *et al.* (2006). *Educație fizică și sport. Teorie și didactică.* București: FEST. Disponibil în: https://romanialuiradu.files.wordpress.com/2017/02/educatie-fizica-si-sport-teoria-si-didactica-2006-dragnea-adrian.pdf
- Laiu, E., Curpănaru, G. L., Macovei, A. (coord0. (2024). *Mentorat și calitate. Premisa performanței în educație.* Disponibil în: https://www.ccdneamt.ro/new/wp-content/uploads/2024/10/Mentorat-si-Calitate_03-10-2024.pdf
- Nastas, S., Pisău, A., Hîncu, I., Sîrbu, M. (2018). *Ghid metodologic: instrumente de implementare a tehnologiilor în învățământul general.* Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, Institutul de Științe ale Educației. Disponibil: http://ise.md/uploads/files/1548841870_nastas.pdf
- Pălășan, T., Voinea, M. (2012). *Ghid pentru practica pedagogică.* Brașov: Universitatea TransilvaniaDisponibil:http//www.unitbv.ro/Portals/2/Documente/.../ Ghid_practica_FPSE.pdf
- Peștean, V. (2025). Strategies to motivate and involve trainees during the mentoring process. *Culture, Globalisation and Intercultural Perspectives*, 121.
- Petrache, a. D. (coord.).(2023). *Ghid de practică pedagogică.* Sibiu: Editura Universității „Lucian Blaga". Disponibil în: https://www.eprof.ro/wp-content/uploads/2024/04/5.-Ghid-practica-pedagogica-final.pdf
- Rață G. (2008). *Didactica educației fizice și sportului.* Iași: Editura PIM.
- Roman, R. (2018). *Ghidul practicii pedagogice.* Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, Academia de muzică, teatru și arte plastice Secția Managementul calității și dezvoltare curriculară. Disponibil: https://amtap.md/wp-content/uploads/2018/11/Practica-Pedagogica-GHID.pdf
- Șerdan, I., Goran Băzărea, L. (2008). *Didactica specialității cu ilustrări din toate ariile curriculare.* București: Editura Fundației România de Mâine.
- Stănescu, M. (2002). *Educație fizică la preșcolarii și școlarii mici – o abordare psihomotrică.* București: Editura Semne.
- Tacu, C. (2025). *Proiectul–metodă complementară de predare-învățare-evaluare. Ghid metodologic–aplicativ (pentru elevi și cadre didactice).* Disponibil în: https://irek.ase.md:443/xmlui/handle/123456789/3813
- Ungureanu-Dobre A., (2023). *Predarea unităților de învățare prin jocuri de mișcare. Ediție revăzută și adăugită.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu - Dobre A. (2019). *Didactica Specialității - Educație Fizică și Sport - Nivelul I - Învățământul Preșcolar, Primar, Gimnazial și Special - Ediția a -II-a Reeditată și adăugită - CURS DE BAZĂ.* București, Editura Bren.
- Ungureanu A. (2013) - *Teoria Educației Fizice și Sportului - Curs De Baza.* Bucuresti Editura BREN.

- Ungureanu, A. (2013). *Ghiduri de bune practici - Didactica educaţiei fizice şi sportului.* Bucureşti: Editura MATRIX ROM.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice şi Sportului – Editia a II a.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A. (2013). *Metodica Educaţiei Fizice în Învăţământul Preşcolar şi Primar – Editia a II a, revazuta si adaugita.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu, A. (2013). *Metodica predarii educatiei fizice adaptate la prescolarii cu dizabilitati motorii.* Bucureşti: Editura Pro Universitaria.
- Ungureanu A. (2009). *Metodica educaţiei fizice şi sportului.* Craiova, Editura Universitaria.
- Ungureanu A., Ionescu, I., Lupu-Bangă, J., colaborator Cătăneanu S. (2008). *Ghid de practică pedagogică.* Craiova, Editura Universitaria.

BIBLIOTECI VIRTUALE

- UBB-Presa Universitară Clujeană – E-books - http://www.editura.ubbcluj.ro/www/ro/ebooks/domains.php?id=19
- Biblioteca Central Universitară din Bucureşti - http://www.bcub.ro/home/resurse-web/ebooks-1/ebooks1
- Biblioteca virtuală a Institutului de Ştiinţe ale Educaţiei - https://ise.md/biblioteca-virtuala/
- Biblioteca virtuală - http://info.tm.edu.ro/biblioteca/afisare-carti/P/13/
- Biblioteca digitală Central Universitară Cluj-Napoca - http://dspace.bcucluj.ro/
- Biblioteca virtuală de Sociologie - https://bibliotecadesociologie.ro/tag/educatie/
- Biblioteca Judeţeană „Alexandru şi Aristia Aman, E-book – biblioteca virtuală - http://aman.ro/ebook-biblioteca-virtuala/

8. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fişe pot fi folosite ca suport de către studenţi în studiul disciplinelor psihopedagogice din cadrul Programului de formare psihopedagogică în vederea certificării pentru profesia didactică.
Conţinutul cursului este în consens cu aşteptările comunităţii academice, al angajatorilor din învăţământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim şi creativ potenţialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar şi pentru sistemul "on line".

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Actvitate practică	a) *Evaluare continuă* pe parcursul desfăşurării practicii, având în vedere participarea activă şi responsabilă în desfăşurarea activităţilor specifice practicii pedagogice;	Observarea sistematică	50%
	b) *Evaluare sumativă* în cadrul colocviului de practică; acordarea notei finale va lua în considerare următorii indicatori: - calitatea materialelor ce alcătuiesc portofoliul prezentat la încheierea practicii pedagogice; - modul de soluţionare a problemelor abordate în cadrul colocviului, capacitatea de a opera cu o serie de concepte în analiza şi interpretarea procesului educaţional.	Susţinerea portofoliului Nota va reprezenta media dintre nota acordată de mentor şi cea acordată de profesorul de didactică	50%

9.5. Standard minim de performanţă Obţinerea notei 7
Nota finală se compune din: a. punctajul obţinut la colocviul derulat faţă în faţă, în proporţie de 50%; b. activitatea desfăşurată pe parcursul semestrului, la practica pedagogică– 50%. Condiţiile pentru promovare sunt: minim 7 puncte din nota finală (punctaj reunit: evaluarea la colocviu şi evaluarea pe parcursul practicii pedagogice propriu-zise).

Data completării Semnătura titularului

Semnătura directorului de departament,