

FIȘA DISCIPLINEI
ISTORIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI
ANUL UNIVERSITAR 2025-2026

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / PROFESOR
1.7 Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	ISTORIA EDUCATIEI FIZICE SI SPORTULUI	Cod	YLR0012
2.2 Titularul activităților de curs	Lector dr. Ștefănescu Horea		
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Lector dr. Ștefănescu Horea		
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II
2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/LP	28
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual (SI) și autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					8
Examinări					2
Alte activități:					2
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	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	• Prezență și punctualitate, discuți tematice și dezbateri pe baza tematicii de curs, folosirea device-urilor proprii doar în scop didactic
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Prezență și punctualitate, realizarea la termen a temelor, proiectelor și referatelor, folosirea device-urilor proprii doar în scop didactic

6.1 Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	1. Identificarea și interpretarea principalelor etape istorice în evoluția educației fizice și a sportului Capacitatea de a recunoaște momentele-cheie și curente care au influențat dezvoltarea acestui domeniu, de la Antichitate până în contemporaneitate. 2. Analiza comparativă a modelelor de educație fizică și sport în diverse culturi și epoci istorice Înțelegerea diferențelor și asemănarilor dintre sistemele sportive tradiționale și moderne, la nivel național și internațional. 3. Evaluarea contribuției personalităților marcante din istoria educației fizice și sportului Studierea impactului teoreticienilor, practicienilor și sportivilor care au influențat dezvoltarea mișcării sportive și educației fizice. 4. Aplicarea cunoștințelor istorice în interpretarea fenomenelor sportive actuale Corelarea evenimentelor, politicilor sau tendințelor contemporane cu fundamentele lor istorice. 5. Elaborarea de lucrări sau prezentări cu caracter istoric pe teme legate de educația fizică și sport Utilizarea corectă a surselor istorice și dezvoltarea de abilități de cercetare și sinteză în domeniul istoriei sportului.
Competențe transversale	1. Dezvoltarea gândirii critice și a capacității de analiză a surselor istorice Capacitatea de a evalua informațiile istorice din diverse surse (documente, articole, mărturii, materiale media) cu obiectivitate și rigoare. 2. Îmbunătățirea abilităților de comunicare scrisă și orală în contexte educaționale și culturale Formularea clară și argumentată a ideilor în cadrul prezentărilor, dezbaterilor sau lucrărilor academice pe teme istorice. 3. Stimularea capacității de învățare autonomă și continuă Formarea unei atitudini proactive în aprofundarea cunoștințelor prin cercetare individuală, lectură și reflecție asupra evoluției domeniului. 4. Înțelegerea influenței contextelor sociale, politice și culturale asupra dezvoltării sportului Dezvoltarea unei perspective interdisciplinare care permite conectarea istoriei sportului cu alte domenii (sociologie, politică, educație, cultură). 5. Dezvoltarea spiritului civic și a conștiinței valorilor culturale și etice ale sportului Încurajarea respectului față de diversitatea culturală și istorică a sportului, precum și a rolului său în promovarea fair-play-ului, incluziunii și solidarității.

6.2 Rezultatele învățării

Cunoștințe	Absolvenții vor deține cunoștințe temeinice referitoare la Istoria Educației fizice în perioada antică, din zona Orientului apropiat și îndepărtat, din Grecia și Roma antică, cele mai importante forme de manifestare, precum și caracterul educației fizice din acele vremuri. Cultura sportivă a studenților va fi îmbogățită de cunoștințe referitoare la Educația fizică în perioadele istorice semnificative. Vor analiza factorii sociali, culturali și politici care au influențat dezvoltarea educației fizice și sportului de-a lungul istoriei. Vor explica modul în care practicile și disciplinele sportive s-au transformat și s-au adaptat în funcție de contextul istoric și cultural.
Aptitudini	Studenții vor interpreta evenimentele și schimbările istorice semnificative în educația fizică și sport, înțelegând cum acestea au influențat conceptele și valorile actuale. Vor evalua contribuțiile marilor personalități și pionieri ai educației fizice și sportului, fiind capabili să recunoască importanța acestora în formarea valorilor sportive. Vor aplica cunoștințele istorice pentru a corela evoluțiile istorice cu tehnicile și valorile aplicate în educația fizică de astăzi.
Responsabilități și autonomie	Studenții vor promova valorile moștenite din istoria educației fizice și sportului, cultivând respectul pentru tradiții și fair-play. Vor demonstra capacitatea de a analiza critic evoluția sportului, contribuind la o înțelegere echilibrată și responsabilă a rolului educației fizice în societate. Vor reflecta asupra evoluției educației fizice și își vor dezvolta o perspectivă istorică informată, necesară pentru a aprecia și a valorifica moștenirea culturală a sportului.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Absolventul are capacitatea de a înțelege și de a explica procesele, fenomenele și tendințele din educație utilizându-le în propriile activități și demersuri instructiv-educative specifice educației fizice și sportului;
7.2 Obiectivele specifice	- Să descrie evoluția educației fizice și a sportului de la civilizațiile antice până în epoca modernă, identificând reperele istorice majore. - Să analizeze impactul factorilor sociali, politici și culturali asupra dezvoltării activităților fizice și sportive, în diferite perioade istorice. - Să identifice contribuțiile personalităților marcante din domeniul educației fizice și sportului, evidențiind influența acestora asupra teoriei și practicii sportive. - Să compare modelele de educație fizică și practici sportive din diverse epoci și regiuni, în scopul înțelegerii diversității și evoluției lor. - Să utilizeze corect conceptele și metodele cercetării istorice pentru elaborarea unor lucrări tematice, dezvoltând competențe de documentare, analiză și argumentare.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Obiectul, izvoarele și metodele de cercetare ale istoriei culturii fizice.	Curs interactiv	2 ore
Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice	Curs interactiv	2 ore
Forme de practicare ale exercițiilor fizice la populațiile primitive.	Curs interactiv	2 ore
Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia.	Curs interactiv	2 ore
Educația fizică în Grecia antică în perioada preelenică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestrica, agonistica, Jocurile Olimpice antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică).	Curs interactiv	4 ore
Educația fizică în Roma antică (perioada Republicii și perioada Imperiului).	Curs interactiv	2 ore
Educația fizică în Evul Mediu (perioada de început și perioada clasică).	Curs interactiv	2 ore
Concepțiile despre educație în perioada Renașterii (umaniștii), reprezentanții pedagogiei realiste și	Curs interactiv	2 ore

raționaliste (J.A. Komenski, J. Locke, J.J. Rousseau) curentul filantropist și reintroducerea educației fizice în școală (J. Basedow, C. Salzman, J. Guts-Muts, G. Vieth, Pestalozzi)		
Sistemele naționale de educație fizică din secolele al XVIII-lea și al XIX-lea: sistemul francez, elvețian, german, danez, suedez, englez.	Curs interactiv	2 ore
Restaurarea Jocurilor Olimpice Moderne. Edițiile J.O de vară - 1896-2000.	Curs interactiv	2 ore
Exercițiile fizice practicate pe teritoriul țării noastre în antichitate și perioada Evului mediu.	Curs interactiv	2 ore
Începuturile educației fizice școlare și universitare în Romania.	Curs interactiv	2 ore
Formele de organizare și de conducere a activității	Curs interactiv	2 ore
		Total 28 ore

Bibliografie

1. Kirițescu, C-tin, (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., București
2. Mosneag, Horea, 2010, Suport de curs
3. Rusu, Flavia, 2004, Educația fizică și sportul de la origini la Jocurile Olimpice moderne. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca
4. Rusu, Flavia - Istoria EFS - curs (<http://www.sport.ubb.cluj.ro>)
5. Gomboș, Leon.; Șerban, R.T.; Barboș, P. (2021), Istoria Educației Fizice și Sportului – suport de curs FEFS Cluj-Napoca, 2021

8.2 Seminar	Metode de predare	Observații
Obiectul, izvoarele și metodele de cercetare ale istoriei culturii fizice.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Forme de practicare ale exercițiilor fizice la populațiile primitive.	Prezentare de referate discuții tematice	2 ore
Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Educația fizică în Grecia antică în perioada preelenică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestrica, agonistica, Jocurile Olimpice antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică).	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Educația fizică în Roma antică (perioada Republicii și perioada Imperiului).	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Educația fizică în Evul Mediu (perioada de început și perioada clasică).	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Concepțiile despre educație în perioada Renașterii (umanității), reprezentanții pedagogiei realiste și raționaliste (J.A. Komenski, J. Locke, J.J. Rousseau) curentul filantropist și reintroducerea educației fizice în școală (J. Basedow, C. Salzman, J. Guts-Muts, G. Vieth, Pestalozzi)	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Sistemele naționale de educație fizică din secolele al XVIII-lea și al XIX-lea: sistemul francez, elvețian, german, danez, suedez, englez.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Restaurarea Jocurilor Olimpice Moderne. Edițiile J.O de vară - 1896-2000.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore

Exercițiile fizice practicate pe teritoriul țării noastre în antichitate și perioada Evului mediu.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Începuturile educației fizice școlare și universitare în România.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Formele de organizare și de conducere a activității	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
		Total 28 ore
Bibliografie 1. Kirițescu, C-tin, (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., București 2. Gomboș, Leon.; Șerban, R.T.; Barboș, P. (2021), Istoria Educatiei Fizice si Sportului – suport de curs FEFS Cluj-Napoca, 2021 3. Mosneag, Horea, 2010, Suport de curs 4. Rusu, Flavia, 2004, Educația fizică și sportul de la origini la Jocurile Olimpice modeme. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca 5. Rusu, Flavia - Istoria EFS - curs (http://www.sport.ubbcluj.ro)		

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

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice Istoriei EFS Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni istorice	Evaluare scrisă	70%
10.5 Seminar/LP	Realizarea referatelor, proiectelor în acord cu cerințele și conținutul disciplinei Activitatea în cadrul seminariilor	Notare curentă	30%
10.6 Standard minim de performanță			
Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative a disciplinei Sustinerea unui examen parțial, premergător sesiunii, pentru a putea participa la examenul teoretic			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
							

Data completării
05.03.2025

Semnătura titularului de curs
Lector dr. Ștefănescu Horea

Semnătura titularului de seminar
Lector dr. Ștefănescu Horea

Data avizării în departament
15.03.2025

Semnătura directorului de departament
Lector dr. Nuț Ramona Ancuța