

FIȘA DISCIPLINEI

Istoria educației fizice și sportului

Anul universitar 2026-2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI CLUJ-NAPOCA
1.2. Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3. Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4. Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5. Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii / Calificarea	SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ / LICENȚIAT ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Istoria educației fizice și sportului			Codul disciplinei	YLR0012
2.2. Titularul activităților de curs	Lector. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN				
2.3. Titularul activităților de seminar	Lector. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN				
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	Examen
2.7. Regimul disciplinei	Obligativu		2.8. Tipul disciplinei	Disciplină de specializare (DS)	

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/ laborator/ proiect	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 pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					28
Tutoriat (consiliere profesională)					4
Examinări					6
Alte activități					4
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				70	
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	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Studentii vor fi punctuali și vor avea un comportament adecvat mediului academic. Folosirea telefoanelor mobile în timpul cursurilor este interzisă.
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Studentii vor participa la minim 80% din activitățile de seminar și vor îndeplini toate cerințele referitoare la seminar.

6.1. Competențele dobândite în urma absolvirii programului de studii (se preiau din planul de învățământ)¹

Competențe transversale	
Codul competenței	Competență
CT3	Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională; Familiarity with software programmes; documentation and communication skills in an international language;

6.2. Rezultatele învățării specifice programului de studii (se preiau din planul de învățământ)²

Rezultatele învățării vizate prin disciplină		
Codul competenței	Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)	Abilități academice specifice (Specific academic skills)
CT3	13. Studentul/absolventul cunoaște principalele programe informatice utilizate în domeniul educației fizice și sportului (procesare de text, prezentări, foi de calcul, baze de date, platforme educaționale); de asemenea, cunoaște terminologia de specialitate specifică domeniului educației fizice și sportului într-o limbă de circulație internațională, precum și regulile de bază ale comunicării academice și profesionale în diverse contexte internaționale. 13. The student/graduate is familiar with the main computer programmes used in the field of physical education and sport (word processing, presentations, spreadsheets, databases, educational platforms); also, has knowledge of specialised terminology specific to the field of physical education and sport in an international language, as well as of the basic rules of academic and professional communication in various international contexts.	13. Studentul/absolventul -utilizează programe informatice pentru redactarea, prelucrarea și prezentarea documentelor specifice activităților de educație fizică și sport; -documentează, selectează și sintetizează informații de specialitate din surse naționale și internaționale; -comunică oral și în scris, într-o limbă de circulație internațională, informații profesionale relevante pentru domeniul educației fizice și sportului. 13. The student/graduate -uses computer programmes to draft, process, and present documents specific to physical education and sports activities; -carries out research, selects, and summarises specialised information from national and international sources; -communicates, verbally and in writing, in an international language, professional information relevant to the field of physical education and sport.

7. Rezultatele învățării specifice disciplinei

Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)
1. 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.
2. Cultura sportivă a studenților va fi îmbogățită de cunoștințe referitoare la Educația fizică în perioadele istorice semnificative.
3. Vor analiza factorii sociali, culturali și politici care au influențat dezvoltarea educației fizice și sportului de-a lungul istoriei.
4. Vor explica modul în care practicile și disciplinele sportive s-au transformat și s-au adaptat în funcție de contextul istoric și cultural.
Abilități academice specifice (Specific academic skills)
1. Studenții vor interpreta evenimentele și schimbările istorice semnificative în educația fizică și sport, înțelegând cum acestea au influențat conceptele și valorile actuale.

¹ Se vor prelua din Planul de învățământ al programului de studii acele competențe profesionale și/sau transversale la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fișa disciplinei. Pentru fiecare competență se va prelua întregul enunț, inclusiv codul competenței, cu formularea care apare în planul de învățământ, fără modificări. Dacă nu se preia nici o competență din oricare din cele două categorii, se șterge linia din tabel aferentă acelei categorii.

² Se menționează rezultatele învățării specifice programului de studiu la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fișa. Enunțurile, preluate fără modificări din Planul de învățământ în funcție de tipul disciplinei (DF/DS/DC) se trec în dreptul competenței asociate.

2. Vor evalua contribuțiile marilor personalități și pionieri ai educației fizice și sportului, fiind capabili să recunoască importanța acestora în formarea valorilor sportive.
3. Vor aplica cunoștințele istorice pentru a corela evoluțiile istorice cu tehnicile și valorile aplicate în educația fizică de astăzi.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare - învățare	Observații ³
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
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, 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 și a Iluminismului.	Curs interactiv	2 ore
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 - 1896-2024.	Curs interactiv	2 ore
Exercițiile fizice practicate pe teritoriul țării noastre în antichitate și perioada Evului mediu.	Curs interactiv	2 ore
Educația fizică școlară și universitară în România.	Curs interactiv	2 ore
Portretele marilor campioni olimpici, mondiali și europeni, în diferite sporturi.	Curs interactiv	4 ore
Obiectul, izvoarele și metodele de cercetare ale istoriei culturii fizice.	Curs interactiv	2 ore
Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N., Constandache, V. (2015), Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România, Editura Măiastra, București 2. Kirițescu, C., (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., București 3. Gomboș, Leon.; Șerban, R.T. (2021), Istoria Educației Fizice și Sportului – suport de curs FEFS Cluj-Napoca 4. Neța, Gh. (2009), Educația Fizică și Sportul în istoria omenirii, Editura Dacia, Cluj-Napoca 5. Rusu, Flavia, 2004, Educația fizică și sportul de la origini la Jocurile Olimpice moderne. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca 		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare - învățare	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: gimnastica, orchestrica, agonistica, Jocurile Olimpice antice.	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore

³ De exemplu aspecte organizatorice, recomandări pentru studenți, aspecte specifice legate de curs/seminar cum ar fi invitarea unor practicieni în domeniu etc.

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 și Iluminismului	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Sistemele naționale de educație fizică din Europa în secolele al XVIII-lea și al XIX-lea	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Restaurarea Jocurilor Olimpice Moderne. Edițiile J.O de vară - 1896-2024	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
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> Alexe, N., Constandache, V. (2015), Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România, Editura Măiastra, București Kirițescu, C., (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., București Gomboș, Leon.; Șerban, R.T. (2021), Istoria Educației Fizice și Sportului – suport de curs FEFS Cluj-Napoca Neța, Gh. (2009), Educația Fizică și Sportul în istoria omenirii, Editura Dacia, Cluj-Napoca Rusu, Flavia, 2004, Educația fizică și sportul de la origini la Jocurile Olimpice moderne. Editura Napoca Star, Cluj-Napoca 		
















9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare ⁴	9.2 Metode de evaluare ⁵	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice istoriei EFS. Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni istorice	Evaluare scrisă	60%
9.5 Seminar/laborator	Elaborarea și prezentarea de materiale (teme, proiecte) în cadrul seminarelor	Notare curentă	20%
	Activitatea în cadrul seminarelor	Notare curentă	20%
9.6 Standard minim de promovare			
<p>Participarea activă la Cursuri și Seminarii. Prezența obligatorie la cel puțin 80% din activitățile didactice.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative ale disciplinei.</p> <p>Evaluare Teoretică</p> <p>Proba scrisă la finalul semestrului, acoperind materialul teoretic studiat. Nota minimă pentru trecerea acestei probe va fi 5 din 10.</p>			

⁴ Criteriile de evaluare trebuie să reflecte direct rezultatele învățării vizate la nivel de program de studii, respectiv la nivel de disciplină. Mai concret, se evaluează achizițiile de învățare menționate în rezultatele anticipate ale învățării.

⁵ Se recomandă stabilirea atât a metodelor de evaluare finală, cât și a strategiei de evaluare pe parcurs.

10. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)⁶

		<input type="radio"/> Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
1 FĂRĂ SĂRĂCIE 	2 FOAMETE „ZERO” 	3 SĂNĂTATE ȘI BUNĂSTĂRE 	4 EDUCATIE DE CALITATE 	5 EGALITATE DE GEN 	6 APĂ CURATĂ ȘI SĂNĂTATE 	7 ENERGIE CURATĂ ȘI LA PREȚURI ACCESIBILE 	8 MUNCĂ DECENTĂ ȘI CREȘTERE ECONOMICĂ 	9 INDUSTRIE, INOVAȚIE ȘI INFRASTRUCTURĂ 
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 INEGALITĂȚI REDUSE 	11 ORAȘE ȘI COMUNITĂȚI DURABILE 	12 CONSUM ȘI PRODUCȚIE RESPONSABILE 	13 ACȚIUNE CLIMATICĂ 	14 VIAȚĂ ACVATICĂ 	15 VIAȚĂ TERESTRĂ 	16 PACE, JUSTIȚIE ȘI INSTITUȚII EFICIENTE 	17 PARTENERIATE PENTRU REALIZAREA OBIECTIVELOR 	Nu se aplică nici o etichetă
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Data completării:

20.04.2026

Semnătura titularului de curs

Lector. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN

Semnătura titularului de seminar

Lector. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN

Data avizării în departament:

29.04.2026

Semnătura directorului de departament

Conf. univ. dr. Alin Marius BACIU

⁶ Selectați o singură etichetă, cea care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivește cel mai bine disciplinei. Dacă disciplina tratează tema dezvoltării durabile la modul general (de ex. prin prezentarea/introducerea cadrului general al dezvoltării durabile etc.) atunci se poate alocă eticheta generală de Dezvoltare Durabilă. Dacă niciuna dintre etichete nu descrie disciplina, selectați ultima opțiune: „Nu se aplică nici o etichetă”.