

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	SPORTURI INDIVIDUALE
1.4. Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5. Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / LICENȚIAT ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ REDUSĂ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Istoria educației fizice și sportului			Codul disciplinei	YLR0012
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină	Lector. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN				
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect – asistent	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 IF						4	din care: 3.2. curs		2	3.3. seminar/ laborator/ proiect		2	
3.4. Total ore din planul de învățământ – IFR						56	din care: 3.5.1 SI		69	3.6. ST (0) + SF (28) + L/P (0)		28	
							3.5.2 AI		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)													28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren													28
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri													28
Tutoriat (consiliere profesională)													3
Examinări													6
Alte activități													4
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)													97
3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)													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	Platforma eLearning a UBB
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. Competențe

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

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)

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.
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. AI, SI	Metode de predare - învățare	Observații
Notiuni de bază despre Istoria EFS. Originile exercițiului fizic	AI și SI	10% din timpul alocat SI
Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia	AI și SI	20% din timpul alocat SI
Educația fizică în Grecia antică și în Roma Antică	AI și SI	20% din timpul alocat SI
Educația fizică în Evul mediu și concepțiile despre educație în perioada Renașterii și a Iluminismului	AI și SI	10% din timpul alocat SI
Sistemele naționale de educație fizică din secolele al XVIII-lea și al XIX-lea: sistemul francez, elvețian, german, danez, suedez, englez	AI și SI	15% din timpul alocat SI
Restaurarea Jocurilor Olimpice Moderne. Edițiile J.O de vară - 1896-2024	AI și SI	15% din timpul alocat SI
Istoria Educației Fizice și Sportului în România	AI și SI	10% din timpul alocat SI
Bibliografie: 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. ST	Metode de predare-învățare	Observații
- Nu se desfășoară ST în cazul acestei discipline	-	-
8.3. SF	Metode de predare - învățare	Observații
Notiuni de bază despre Istoria EFS. Originile exercițiului fizic	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Educația fizică în Grecia antică și în Roma Antică	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Educația fizică în Evul mediu și concepțiile despre educație în perioada Renașterii și a Iluminismului	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Sistemele naționale de educație fizică din secolele al XVIII-lea și al XIX-lea: sistemul francez, elvețian, german, danez, suedez, englez	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Restaurarea Jocurilor Olimpice Moderne. Edițiile J.O de vară - 1896-2024	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Istoria Educației Fizice și Sportului în România	Participare activă, grupe de lucru, referate	
Bibliografie: 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		
8.4. L/P	Metode de predare-învățare	Observații
Nu se desfășoară L/P în cazul acestei discipline	-	-

9. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
9.4. AI, SI	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice istoriei EFS. Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni istorice	Evaluare scrisă	60%
9.5. ST /L/ P/ SF	Elaborarea și prezentarea de materiale (teme, proiecte) în cadrul seminarilor. Activitatea în cadrul seminarilor	Notare curentă	40%
9.6. Standard minim de performanță Participarea activă la Cursuri și Seminarii. Prezența obligatorie la cel puțin 80% din activitățile didactice. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative ale disciplinei. Evaluare Teoretică Proba scrisă la finalul semestrului, acoperind materialul teoretic studiat. Nota minimă pentru trecerea acestei probe va fi 5 din 10.			

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

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
1 FĂRĂ SĂRĂCIE 	2 FOAMETE „ZERO” 	3 SĂNĂTATE ȘI BUNĂSTĂRE 	4 EDUCAȚIE DE CALITATE 	5 EGALITATE DE GEN 	6 APĂ CURATĂ ȘI SANITATIE 	7 ENERGIE CURATĂ ȘI LA PREȚURI ACESIBILE 	8 MUNCĂ DECENTĂ ȘI CREȘTERE ECONOMICĂ 	9 INDUSTRIE, INOVAȚIE ȘI INFRASTRUCTURĂ 
☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
10 INEQUALITĂȚI REDUSE 	11 ORASE ȘI COMUNITĂȚI DURABILE 	12 CONSUM ȘI PRODUCȚIE RESPONSABILĂ 	13 ACȚIUNE CLIMATICĂ 	14 VIAȚĂ ACVATICĂ 	15 VIAȚĂ TERESTRĂ 	16 PACE, JUSTITIE ȘI INSTITUȚII EFICIENTE 	17 PARTENERIATE PENTRU REALIZAREA OBIECTIVELOR 	Nu se aplică nici o etichetă
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Coordonator de disciplină
Lect. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN

Asistent
Lect. univ. dr. Radu-Tiberiu ȘERBAN

Data

Responsabil de studii ID/IFR,
Lect. univ. dr. András Álmos