

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ,**  
 anul universitar 2021-2022

**1. Date despre program**

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică
1.3	Departamentul	Educație Fizică și Sport
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

**2. Date despre disciplină**

2. Date despre disciplina						Evaluare motrică și somato-funcțională					
2.1	Denumirea disciplinei					Prof.univ.dr. Niculescu Ionela					
2.2	Titularul activităților de curs					Prof.univ.dr. Niculescu Ionela					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					Lect.univ.dr. Amzar Elena Luminita					
2.4	Anul de studii	III	2.5	Semestrul	I	2.6	Tipul de evaluare	E	2.7	Regimul disciplinei	O

**3. Timpul total estimat**

3.1	Număr de ore pe săptămână	4	3.2	din care curs	2	3.3	S / L / P	2
3.4	Total ore din planul de învăț.	56	3.5	din care curs	28	3.6	S / L / P	28
<b>Distribuția fondului de timp alocat studiului individual</b>								69 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								19
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								18
Tutorat								4
Examinări								8
Alte activități .....								
3.7	Total ore studiu individual	69						
3.8	Total ore pe semestru	125						
3.9	Număr de credite	5						

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

4.1	De curriculum	
4.2	De competențe	Capacitate de utilizare corectă a conceptelor teoretice și punere în aplicare a deprinderilor practice acumulate

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

5.1	De desfășurare a cursului	Dotarea salii cu videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sala sport

**6. Competențe specifice vizate**

Competențe profesionale	C <sub>1</sub> Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C <sub>2</sub> Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C <sub>5</sub> Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport
Competențe transversale	

**7. Obiectivele disciplinei**

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Familiarizarea studenților cu noțiunile specifice disciplinei, cu conceptele ei fundamentale, cu principalele teorii explicative ale disciplinei și modul în care acestea intervin în formarea studentului.
7.2 Obiectivele specifice	<u>A. Obiective cognitive</u> Definirea corectă a obiectului de studiu al disciplinei și stabilirea relațiilor pe care acesta le

	<p>are cu alte științe;  Operarea cu conceptele fundamentale ale activităților sportive în general;  Înțelegerea sistemului de cunoștințe teoretice și practice care stau la baza disciplinei;  Cunoașterea și aplicarea în practică a metodelor și tehnicilor fundamentale de realizare a evaluării motrice și somato-funcționale</p> <p><u>B. Obiective procedurale</u></p> <p>Corelarea unor experiențe școlare personale cu unele aspecte ale disciplinei evaluare motrică și somato-funcțională.  Identificarea unor situații concrete de aplicare a noțiunilor specifice disciplinei;  Utilizarea unor metode de autoevaluare;</p> <p><u>C. Obiective atitudinale</u></p> <p>Respectarea normelor de deontologie profesională (acodului deontologic al profesorului), fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice specialistului în educație fizică;  Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.</p>
--	--

## 8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Conceptul de evaluare – caracteristici generale, funcțiile evaluării, tipologia evaluării, conținutul evaluării, criterii de evaluare, metode de evaluare.	2	Prelegerea participativă, dezbaterea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea. - Conversația euristică. - Metode intuitive de video proiecție – expunere PPT	Scurte prezentări în power-point pentru stimularea exercițiului reflectiv
2	Conceptul de test – definire, selecționarea și clasificarea testelor pentru indicatorii somatici, funcționali și motrici.	2		
3	Principalele caracteristici ale dezvoltării fizice și motrice a elevilor la diferite vârste.	2		
4	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice - forță	2		
5	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice - viteză.	2		
6	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice - îndemânare	2		
7	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice - rezistență.	2		
8	Măsurarea și evaluarea capacității de efort – măsurarea capacității de efort aerob; măsurareacapacității de ef fort anaerob	2		
9	Măsurarea indicilor funcționali – indici respiratori	2		
10	Măsurarea indicilor funcționali – indici cardio-vasculari	2		
11	Teste motrice specific diferitelor ramuri de sport - atletism	2		
12	Teste motrice specific diferitelor ramuri de sport - gimnastică	2		
13	Teste motrice specifice diferitelor ramuri de sport – baschet, volei	2		
14	Teste motrice specific diferitelor ramuri de sport – fotbal, handbal	2		
BIBLIOGRAFIE Adrian Dragnea – Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport – Ed. Sport – Turism, București, 1984 Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A., București, 1999 Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 2000 A. Demeter - Calitățile fizice, Ed. Sport-Turism, București, 1983 A.Demeter - Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, București, 1984 I. Niculescu – Evaluare motrică și somato-funcțională - curs, Ed.Universitaria Craiova, 2006				
8.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Selecționarea testelor pentru cercetarea capacității motrice Teste pentru măsurarea capacității mortice.	2	Conversația euristică Dezbateri Lucrul în grup Proiectare didactică Exersare	În cadrul acestei ședințe se stabilesc obligațiile studenților și se precizează criteriile ce vor fi utilizate în evaluarea
2	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice viteza. Teste pentru măsurarea vitezei.	2		
3	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice forța. Teste pentru măsurarea forței.	2		
4	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice îndemânare. Teste pentru măsurarea îndemânării.	2		

5	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice rezistența. Teste pentru măsurarea rezistenței.	2	rezultatelor învățării
6	Măsurarea capacității de efort aerob și anaerob; Teste pentru măsurarea capacității de efort aerob și anaerob	2	
7	Măsurarea și evaluarea parametrilor somatici	2	
8	Măsurarea capacității funcționale cardiovasculare și respiratorii Teste pentru măsurarea capacității funcționale cardiovasculare și respiratorii	2	
9	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în jocurile sportive- volei	2	
10	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în jocurile sportive - handbal	2	
11	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în jocurile sportive- baschet	2	
12	Test utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în jocurile sportive - fotbal	2	
13	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în sporturile individuale (gimnastică, atletism)	2	
14	Verificare	2	

**Bibliografie**

Amzar E.L., Hristache D., - Caiet de lucrări practice – uz intern - 2021  
 Adrian Dragnea – Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport – Ed. Sport – Turism, București, 1984  
 Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A., București, 1999  
 Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 2000  
 A. Demeter - Calitățile fizice, Ed. Sport-Turism, București, 1983  
 A.Demeter - Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, București, 1984  
 I. Niculescu – Evaluare motrică și somato-funcțională - curs, Ed.Universitaria Craiova, 2006

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

- corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor specifice educației fizice și sportului, însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul educației fizice și sportului
- competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului, primar, gimnazial.

**10. Evaluare**


Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Coerența tratării subiectelor de examen	scris	40%
10.5 Seminar / Laborator / Tema de casă	Activitate participativă la curs		10%
	Activitate participativă LP		20%
	Prezentarea portofoliului		30%
10.6 Standard minim de performanță	<u>prezența și intervenția</u> studentului în activitățile de la LP + stăpânirea competențelor testate prin sistemul de evaluare anunțat		

Data completării

 Titular de curs,  
 Prof.univ.dr.Ionela Niculescu

 Titular de seminar / laborator,  
 Lect.univ.dr. Amzar Elena Luminita

 Data aprobării în Consiliul departamentului, Director de departament,  
 (prestator)  
 Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

  
 Director de departament,  
 (beneficiar),  
 Conf. univ.dr. Liviu Mihăilescu