

FIȘA DISCIPLINEI
Învățarea motrică și controlul mișcării în educație fizică
Anul universitar 2022 – 2023

1. Date despre program

1.1.	Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI
1.2.	Facultatea	ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ
1.3.	Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.4.	Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5.	Ciclul de studii	MASTER
1.6.	Programul de studii/calificarea	Activități motrice curriculare și extracurriculare/profesor/antrenor

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei					Învățarea motrică și controlul mișcării în educație fizică								
2.2. Titularul activităților de curs					Lect. dr. MIHAI ILIE								
2.3. Titularul activităților de seminar/laborator					Lect. dr. MIHAI ILIE								
2.4. Anul de studiu		II	2.5. Semestrul		I	2.6	Tipul de evaluare		E	2.7	Regimul disciplinei		A

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	1	3.3	S/L/P	2
3.4	Total ore din planul de învățământ	42	3.5	din care curs	14	3.6	S/L/P	28
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								37
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri								15
Tutoriat								4
Examinări								2
Alte activități.....								
3.7	Total ore studiu individual	83						
3.8	Total ore pe semestru	125						
3.9	Număr credite	5						

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1	De curriculum	Fizica cu aplicații în EFS, Biomecanica sportului, Anatomie funcțională, Metodologia cercetării științifice, Teoria educației fizice și sportului
4.2	De competențe	Abilități de documentare, selecționare, sistematizare și proiectare a informațiilor; abilități de concepție, editare și scriere în stil științific; abilități de utilizare a computerului.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector și tablă magnetică.
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală de laborator dotată cu videoproiector, tablă, accesorii materiale și echipament de măsurare și testare.

6. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	<p>C1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</p> <p>C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială).</p> <p>C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.</p>
Competențe transversale	<p>CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.</p> <p>CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.</p>

7. Obiectivele disciplinei

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Formarea capacității de a înțelege relațiile dintre procesele cognitive, voliționale, emoționale și mecanismele de control a mișcării în activitatea specifică educației fizice.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea contribuției cunoștințelor referitoare la procesul de învățare în rezolvarea activităților practice în EFS • Înțelegerea contribuției cunoștințelor referitoare la principiile mecanicii în rezolvarea activităților practice în EFS. • Înțelegerea importanței informațiilor cu privire elementele specifice controlul motor în rezolvarea activităților practice în EFS

8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Considerații generale privind învățarea. Implicații în activitățile specifice educației fizice	2	Prelegerea, explicația, conversația.	În perioada
2	Particularitățile învățării motrice asupra educației fizice	2		21. XI.2022 –
3	Relația dintre biomecanică și învățarea motrică din perspectiva utilității acestora în educația fizică	2		23. XII .2022,
4	Controlul motor - generalități	2		activitatea didactică se va desfășura online conform metodologiei
5	Propriocepția – concepte teoretice generale	2		
6	Conexiuni între controlul motor și învățarea motrică regăsite în educația fizică	4		platforma elearning

Bibliografie:

1. Alexe, I. D., Alexe, I.C., Man, C., Iconomescu, M.T., Mihai, I. (2020). *Simularea de condiții, captarea mișcării și analiza datelor în cercetarea din domeniul sportului*, edit. RISOPRINT, Cluj-Napoca, ISBN 9789735324926
2. Budescu, E. (2013). *Biomecanica generală*, Iași
3. de Hillerin, P.J., (2012) – *Aplicații ale fizicii în Educația Fizică și Sport*, note de curs, UPIT
4. Epuran, M. (2011) - *Motricitate și psihism în activitățile corporale*, vol. 1, edit. FEST, București
5. Haigh, Cindy, (2010) Physics in Physical Education?? You bet! in Curriculum Units, 2010, Volume III: Physical Problem-Solving, Pittsburgh Teachers Institute, Chatham University, Pittsburgh, pp. 42-63. La <http://www.chatham.edu/pti/curriculum/units/2010/3/Haigh.pdf>
6. McGinnis, P.M. (2013). *Biomechanics of Sport and Exercise*, Human Kinetics, S.U.A., ISBN 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
7. Mihai, I. (2012) – *Monitorizarea tehnicii probei de triplu salt – aspecte cinematice*, edit. Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-272-4.
8. Mihai, I. (2015). Study concerning the monitoring of the lower limbs strength characteristics evolution in dry land training in swimmers aged 10 - 14 years, "Ovidius" University Annals, Series Physical Education and Sport "Science, Movement and Health", vol. XV, issue 2 (supplement), ISSN 1224-7359, pp. 449 – 453;
9. Mihai, I., (2011) - *Study concerning the effectiveness of using the Dartfish® movement kinematic analysis software from the perspective of improving the male triple jump event technique*, 4th Annual International Conference "Physical Education Sport and Health", Pitesti , Scientific Report Series Physical Education And Sport Nr. 15 (1/2011), part II, pp. 553 - 556
10. Mihai, I., (2016) - *Balance capacity assessment in individual sports - case studies*, 9th Annual International Conference "Physical Education Sport and Health", Pitesti, Scientific Report Series Physical Education and Sport, No. 20 (1/2016), part I, pp. 191 - 196
11. Mihai, I., Prioteasa, A., (2017) - *Aspects of balance ability in swimming*, Journal of Physical Education and Sport, 17 Supplement Issue 5, pp.2290 - 2296, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 - 8051; ISSN - L = 2247 - 8051, DOI:10.7752/jpes.2017.s5245, <http://efsupit.ro/images/stories/5November2017/Art%20246.pdf>
12. Mihăilescu, L. (2010) - *Teoria educației fizice și sportului* - note de curs, edit. Universității din Pitești
13. Mihăilescu, L., Tudorache, G., Mihai, I. (2017) - *Methodological contributions concerning the impulse power development in terms of mobility*, Discobolul Journal, vol. XIII no. 1 (47), ISSN (online) 2286 – 3702, ISSN–L 1454 – 3907, pp.91 - 95.
14. Neacșu, I. (1990a) - *Metode și tehnici de învățare eficientă*, București, edit. Militară
15. Neacșu, I. (1990b) - *Instruire și învățare. Teorii, modele, strategii*, București, edit. Militară
16. Neagu, N. (2012) - *Motricitatea umană fundamente psihopedagogice*, Târgu Mureș, edit. University Press
17. Zatsiorsky V., Prilutsky B. (2015) - *Biomechanics of Skeletal Muscles*, Editura Human Kinetics, ISBN-13: 9780736080200

8.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Modalități de abordare a învățării în educație fizică.	2	Conversația euristică, demonstrația, explicația, modelarea.	<i>Laptop, videoproiector, aparate, echipamente, materiale sportive și de cercetare, tablă magnetică.</i>
2	Integrarea învățării motrice în cadrul educației fizice.	2		
3	Biomecanica vs. învățarea motrică. Interrelaționări.	4		
4	Influențele mișcării mecanice asupra învățării motrice.	2		
5	Rolul cinematicii în învățarea motrică.	2		
6	Relaționări privind sistemul senzorial - feedback-ul - coordonarea.	4		
7	Componentele propriocepției - conexiuni.	4		
8	Mișcarea voluntară.	2		
9	Controlul postural.	2		

10	Statica și dinamica. Elemente suport în învățarea motrică și controlul mișcării.	4	
----	--	---	--

Bibliografie

- Alexe, I. D., Alexe, I.C., Man, C., Iconomescu, M.T., Mihai, I. (2020). *Simularea de condiții, captarea mișcării și analiza datelor în cercetarea din domeniul sportului*, edit. RISOPRINT, Cluj-Napoca, ISBN 9789735324926
- Budescu, E. (2013). *Biomecanica generală*, Iași
- de Hillerin, P.J., (2012) – *Aplicații ale fizicii în Educația Fizică și Sport*, note de curs, UPIT
- Epuran, M. (2011) - *Motricitate și psihism în activitățile corporale*, vol. 1, edit. FEST, București
- Haigh, Cindy, (2010) *Physics in Physical Education?? You bet!* in Curriculum Units, 2010, Volume III: Physical Problem-Solving, Pittsburgh Teachers Institute, Chatham University, Pittsburgh, pp. 42-63. La <http://www.chatham.edu/pti/curriculum/units/2010/3/Haigh.pdf>
- McGinnis, P.M. (2013). *Biomechanics of Sport and Exercise*, Human Kinetics, S.U.A., ISBN 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
- Mihai, I. (2012) – *Monitorizarea tehnicii probei de triplusalt – aspecte cinematice*, edit. Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-272-4.
- Mihai, I. (2015). Study concerning the monitoring of the lower limbs strength characteristics evolution in dry land training in swimmers aged 10 - 14 years, “Ovidius” University Annals, Series Physical Education and Sport “Science, Movement and Health”, vol. XV, issue 2 (supplement), ISSN 1224-7359, pp. 449 – 453;
- Mihai, I., (2011) - *Study concerning the effectiveness of using the Dartfish® movement kinematic analysis software from the perspective of improving the male triple jump event technique*, 4th Annual International Conference “Physical Education Sport and Health”, Pitesti , Scientific Report Series Physical Education And Sport Nr. 15 (1/2011), part II, pp. 553 - 556
- Mihai, I., (2016) - *Balance capacity assessment in individual sports - case studies*, 9th Annual International Conference “Physical Education Sport and Health”, Pitesti, Scientific Report Series Physical Education and Sport, No. 20 (1/2016), part I, pp. 191 - 196
- Mihai, I., Prioteasa, A., (2017) - *Aspects of balance ability in swimming*, Journal of Physical Education and Sport, 17 Supplement Issue 5, pp.2290 - 2296, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051, DOI:10.7752/jpes.2017.s5245, <http://efsupit.ro/images/stories/5November2017/Art%20246.pdf>
- Mihăilescu, L. (2010) - *Teoria educației fizice și sportului* - note de curs, edit. Universității din Pitești
- Mihăilescu, L., Tudorache, G., Mihai, I. (2017) - *Methodological contributions concerning the impulse power development in terms of mobility*, Discobolul Journal, vol. XIII no. 1 (47), ISSN (online) 2286 – 3702, ISSN–L 1454 – 3907, pp.91 - 95.
- Neacșu, I. (1990a) - *Metode și tehnici de învățare eficientă*, București, edit. Militară
- Neacșu, I. (1990b) - *Instruire și învățare. Teorii, modele, strategii*, București, edit. Militară
- Neagu, N. (2012) - *Motricitatea umană fundamente psihopedagogice*, Târgu Mureș, edit. University Press
- Zatsiorsky V., Prilutsky B. (2015) - *Biomechanics of Skeletal Muscles*, Editura Human Kinetics, ISBN-13: 9780736080200

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

Conținutul disciplinei este în concordanță cu conceptele teoretice și practice internaționale și dezvoltă conținuturi noi față de alte centre universitare din țară. Disciplina oferă studenților o viziune globală integrativă privind activitatea fizică, exercițiul fizic și o gamă variată posibilități de aplicare în viața practică și profesională.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Realizarea unui referat în care să fie prezentate particularități ale învățării motrice sau controlului motric în activitățile specifice educației fizice.	Examinare final scris.	40 %
10.5 Seminar/ Laborator/ Temă de casă	Participare interactivă la activitatea de laborator.	Evaluare participativă.	Activ. laborator 40% Tema de casă 20 %
10.6 Standard minim de performanță	Stăpânirea noțiunilor și conceptelor de bază abordate în cadrul cursului.		

Data completării

Titular de curs

Titular de seminar

30 09 2022




Data aprobării în Consiliul departamentului

Director de departament
(prestator)

Director de departament
(beneficiar)

30 09 2022

.....

.....