

FIȘA DISCIPLINEI
EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ
 anul universitar 2023-2024

1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București-Centrul Universitar 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

2.1	Denumirea disciplinei					Evaluare motrică și somato-funcțională					
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
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								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	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară; C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și 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> 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> 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, dezbateră, 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 efort 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				
1. Adrian Dragnea – Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport – Ed. Sport – Turism, București, 1984 2. Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A., București, 1999 3. Dantis, I., (2017), Considerații teoretice privind antrenamentul de viteză, Editura Rovimed, Bacău 4. A. Demeter - Calitățile fizice, Ed. Sport-Turism, București, 1983 5. A.Demeter - Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, București, 1984 6. Farcaș, C., (2018), Educarea aptitudinilor psihomotrice viteza și coordonarea în învățământul gimnazial, Editura Rovimed, Bacău 7. Farcaș, C., (2018), Dezvoltarea calităților motrice la elevii din învățământul primar, Editura Rovimed, Bacău 8. Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 2000 9. Neagu, N., (2012), Motricitatea umană. Fundamente psihopedagogice, Editura University Press, Târgu Mureș 10. Neagu, N., (2012), Teoria si practica activitatii motrice umane, Editura University Press, Târgu Mureș 11. Niculescu, I., (2006), Evaluare motrică și somato-funcțională - curs, Editura Universitaria, Craiova				
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 mortrice.	2	Conversația euristică	În cadrul acestei sedinte se

2	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice viteza. Teste pentru măsurarea vitezei.	2	Dezbateri Lucrul în grup Proiectare didactică Exersare	stabilesc obligațiile studenților și se precizează criteriile ce vor fi utilizate în evaluarea rezultatelor învățării
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		
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

1. Adrian Dragnea – Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport – Ed. Sport – Turism, București, 1984
2. Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A., București, 1999
3. Dantis, I., (2017), Considerații teoretice privind antrenamentul de viteză, Editura Rovimed, Bacău
4. A. Demeter - Calitățile fizice, Ed. Sport-Turism, București, 1983
5. A.Demeter - Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, București, 1984
6. Farcaș, C., (2018), Educarea aptitudinilor psihomotrice viteza și coordonarea în învățământul gimnazial, Editura Rovimed, Bacău
7. Farcaș, C., (2018), Dezvoltarea calităților motrice la elevii din învățământul primar, Editura Rovimed, Bacău
8. Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 2000
9. Neagu, N., (2012), Motricitatea umană. Fundamente psihopedagogice, Editura University Press, Târgu Mureș
10. Neagu, N., (2012), Teoria și practica activității motrice umane, Editura University Press, Târgu Mureș
11. Niculescu, I., (2006), Evaluare motrică și somato-funcțională - curs, Editura Universitaria, Craiova

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		20%
	Activitate participativă LP		20%
	Prezentarea portofoliului		20%
10.6 Standard minim de performanță	prezența și intervenția studentului în activitățile de la LP + stăpânirea competențelor testate prin sistemul de evaluare anunțat		

Data completării
29.09.2023

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)
29.09.2023 Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

Director de departament,
(beneficia
Conf. univ.dr. Liviu Mihăilescu