



**UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ȘTIINȚĂ ȘI TEHNOLOGIE POLITEHNICA BUCUREȘTI**  
**CENTRUL UNIVERSITAR PITEȘTI**  
**FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ**  
**DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**



**Compatibilitatea dintre competențe și rezultatele învățării**

**Programul de studii de master: Performanță în sport**

Competența	Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
<b>CP1.</b> <b>Aplică strategii de predare</b>	- Înțelege și aplică strategii de predare utilizate în domeniul Știința sportului și educației fizice	- Identificarea și implementare metodelor didactice active și interactive utilizate în procesul de predare a educației fizice și sportului. - Aplicarea tehnicilor de predare bazate pe învățarea prin practică, joc și simulări specifice sportului.	- Asumarea responsabilității în aplicarea metodelor didactice moderne pentru îmbunătățirea procesului de predare și învățare în sport. - Adaptarea strategiilor de predare la diversitatea grupului și la cerințele individuale ale acestora.
<b>CP2.</b> <b>Ajută elevii în învățarea lor</b>	- Identifică factorii care influențează învățarea în educație fizică și sport, inclusiv motivația, retenția, transferul și autoreglarea.	- Utilizarea tehnicilor de comunicare eficientă pentru a motiva elevii în procesul de învățare. - Aplicarea unor strategii diferențiate de predare pentru a sprijini elevii cu ritmuri de învățare diferite. - Crearea unor programe individualizate de antrenament sau instruire pentru maximizarea progresului elevilor.	- Asumarea responsabilității pentru îmbunătățirea continuă a procesului de predare și învățare în educația fizică și sport. - Crearea unui mediu de învățare incluziv și favorabil dezvoltării competențelor fizice și psihomotrice. - Dezvoltarea inițiativei pentru utilizarea tehnologiilor moderne în susținerea procesului educațional sportiv.
<b>CP3.</b> <b>Corectează mișcările potențial dăunătoare</b>	- Înțelegerea principiilor biomecanicii și fiziologiei efortului pentru identificarea celor mai frecvente erori în execuția mișcărilor în funcție de sport sau activitate fizică.	- Dezvoltarea capacității de a analiza postura și aplicarea tehnicilor de corectare posturală și ajustare a mișcărilor în timpul activităților fizice. - Evaluarea și adaptarea exercițiilor pentru a elimina mișcările dăunătoare și a optimiza tehnica de execuție.	- Asumarea responsabilității pentru prevenirea accidentărilor prin corectarea tehnicilor de mișcare. - Promovarea unei culturi a siguranței și sănătății în practicile de antrenament și educație fizică

Competența	Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
<b>CP4. Oferă feedback constructiv</b>	- Înțelegerea impactului feedback-ului asupra procesului de învățare, dezvoltării abilităților motrice și îmbunătățirii performanței	-Dezvoltarea capacității de a oferi feedback specific și adaptat nivelului de performanță al fiecărui elev sau sportiv. - Utilizează și aplică instrumente de evaluare pentru a oferi un feedback precis și relevant.	-Asumarea responsabilității pentru utilizarea unui feedback obiectiv și motivant în procesul educațional și sportiv. - Dezvoltarea inițiativei pentru integrarea tehnologiilor moderne în oferirea unui feedback instantaneu și personalizat.
<b>CP5. Personalizează programul sportiv</b>	- Aplicarea principiilor fundamentale ale planificării și periodizării antrenamentului sportiv.	- Aplicarea tehnicilor de individualizare a exercițiilor și antrenamentelor în funcție de vârstă, sex, nivel de pregătire și obiective. - Utilizarea datelor obiective (teste de efort, măsurători biomecanice, parametri de performanță) pentru optimizarea planului de antrenament.	-Asumarea responsabilității pentru crearea și implementarea unui program sportiv personalizat, adaptat nevoilor fiecărui individ. - Implementarea unui sistem continuu de analiză și ajustare a programului sportiv pentru a asigura eficiența maximă.
<b>CP.6 Motivează în sport</b>	- Identificarea strategiilor de comunicare eficiente pentru a menține un nivel ridicat de motivație în echipe și grupuri sportive.	-Dezvoltarea capacității de a identifica factorii motivaționali individuali ai sportivilor și elevilor. - Aplicarea tehnicilor de motivare personalizate pentru sportivi de diferite niveluri și vârste.	-Crearea și menținerea unui climat de antrenament și competiție care stimulează angajamentul și perseverența. - Implementarea strategiilor de motivare bazate pe obiective individualizate și recunoașterea progresului.
<b>CP.7 Evaluează elevii</b>	- Identifică indicatori de performanță fizică și competență motrică pentru diferite categorii de vârstă și niveluri de pregătire.	-Dezvoltarea capacității de a aplica tehnici de evaluare formative și sumative pentru monitorizarea progresului elevilor/sportivilor. - Dezvoltarea de planuri de evaluare / analize manageriale pentru diferite grupe de elevi și sportivi.	-Adaptarea procesului de evaluare la nevoile individuale ale elevilor/sportivilor, asigurând incluziunea și echitatea în evaluare - Promovarea unui sistem de evaluare bazat pe feedback constructiv și motivant.
<b>CP.8 Menține legătura cu personalul educațional</b>	- Identifică cele mai bune practici pentru integrarea educației fizice în cadrul curriculumului general al instituțiilor de învățământ.	-Dezvoltarea capacității de a comunica eficient și de a colabora cu profesorii, antrenorii și alți specialiști din domeniul educației fizice și sportului.	-Asumarea unei culturi a cooperării și schimbului de bune practici în cadrul comunității educaționale

Competența	Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
		- Capacitatea de a organiza întâlniri, workshopuri și sesiuni de formare continuă pentru personalul educațional implicat în educația fizică și sport.	-Dezvoltarea unui mediu educațional bazat pe colaborare, sprijin reciproc și parteneriate interinstituționale. -Adaptarea la schimbările din sistemul educațional prin menținerea unui dialog constant cu specialiștii din domeniu.
<b>CP.9</b> <b>Monitorizează comportamentul elevului</b>	- Înțelegerea principiilor fundamentale ale dezvoltării psihomotorii prin aplicarea metodelor de coordonare și integrare a activităților educaționale/sportive/manageriale într-un mediu interdisciplinar.	-Dezvoltarea capacității de a observa și analiza comportamentul elevilor în timpul activităților fizice și sportive. - Utilizarea tehnologiilor moderne pentru monitorizarea progresului și comportamentului elevilor	-Asumarea responsabilității privind identificarea și managementul comportamentelor adecvate și neadecvate în cadrul activităților sportive. -Promovarea unei relații deschise și constructive cu elevii pentru a încuraja un comportament pozitiv. - Adaptarea metodelor de evaluare a comportamentului la nevoile individuale ale elevilor, asigurând echitate și obiectivitate.
<b>CP.10</b> <b>Organizează instruirea</b>	- Aplicarea principiilor fundamentale ale organizării instruirii în educația fizică și sport.	-Dezvoltarea capacității de a planifica și structura sesiuni de instruire eficiente, adaptate diferitelor niveluri de performanță. - Capacitatea de a adapta planurile de instruire în funcție de caracteristicile individuale ale elevilor/sportivilor.	-Asumarea responsabilității pentru implementarea unor programe de instruire eficiente și personalizate -Crearea unui mediu de instruire sigur, incluziv și motivant pentru elevi și sportivi. - Implementarea unui sistem de monitorizare a progresului în instruire, bazat pe obiective clare și măsurabile.

Director Departament,  
Conf. univ. dr. Liviu MIHĂILESCU