

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**MĂSURARE ȘI EVALUARE ÎN ANTRENAMENT ȘI COMPETIȚII ȘCOLARE,**  
 anul universitar 2025-2026

**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	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5	Ciclul de studii	Master
1.6	Programul de studiu / calificarea	Activități motrice curriculare și extracurriculare / profesor

**2. Date despre disciplină**

2. Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					Măsurare și evaluare în antrenament și competiții școlare					
2.2	Titularul activităților de curs					Prof.univ.dr. Niculescu Ionela					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					Prof.univ.dr. Niculescu Ionela					
2.4	Anul de studii	II	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	3	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	2
3.4	Total ore din planul de învăț.	42	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	28
<b>Distribuția fondului de timp alocat studiului individual</b>								125
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								20
Tutorat								5
Examinări								8
Alte activități .....								
3.7	Total ore studiu individual	83						
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	Sala cu videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sala cu videoproiector

**6. 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	<p><u>A. Obiective cognitive</u>                      Definirea corectă a obiectului de studiu al disciplinei și stabilirea relațiilor pe care acesta le 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 (a codului deontologic al profesorului), fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice specialistului în educație fizică;</p>

Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.
--

## 7. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	C.4. oferă feedback constructiv C.6.evaluează elevii C.8.monitorizează comportamentul elevului
Competențe transversale	C.T. 1. lucreaza în echipe

## 8. Rezultatele învățării

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Înțelegerea impactului feedback-ului asupra procesului de învățare, dezvoltării abilităților motrice și îmbunătățirii performanței</li> <li>Identifica indicatori de performanță fizică și competență motrică pentru diferite categorii de vârstă și niveluri de pregătire.</li> <li>Înțelegerea principiilor fundamentale ale dezvoltării psihomotorii prin aplicarea metodelor de coordonare și integrare a activităților educaționale/sportive/manageriale într-un mediu interdisciplinar.</li> </ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dezvoltarea capacității de a oferi feedback specific și adaptat nivelului de performanță al fiecărui elev sau sportiv.</li> <li>Utilizează și aplică instrumente de evaluare pentru a oferi un feedback precis și relevant</li> <li>Dezvoltarea capacității de a aplica tehnici de evaluare formative și sumative pentru monitorizarea progresului elevilor/ sportivilor.</li> <li>Dezvoltarea de planuri de evaluare / analiza manageriale pentru diferite grupe de elevi și sportivi.</li> <li>Dezvoltarea capacității de a observa și analiza comportamentul elevilor în timpul activităților fizice și sportive.</li> <li>Utilizarea tehnologiilor moderne pentru monitorizarea progresului și comportamentului elevilor.</li> </ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asumarea responsabilității pentru utilizarea unui feedback obiectiv și motivant în procesul educațional și sportiv.</li> <li>Dezvoltarea inițiativei pentru integrarea tehnologiilor moderne în oferirea unui feedback instantaneu și personalizat</li> <li>Adaptarea procesului de evaluare la nevoile individuale ale elevilor/sportivilor, asigurând incluziunea și echitatea în evaluare</li> <li>Promovarea unui sistem de evaluare bazat pe feedback constructiv și motivant.</li> <li>Asumarea responsabilității privind identificarea și managementul comportamentelor adecvate și neadecvate în cadrul activităților sportive.</li> <li>Promovarea unei relații deschise și constructive cu elevii pentru a încuraja un comportament pozitiv.</li> <li>Adaptarea metodelor de evaluare a comportamentului la nevoile individuale ale elevilor, asigurând echitate și obiectivitate.</li> </ul>

## 9. Conținuturi

9.1. 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 utilizate în antrenament și competiții școlare	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  În primele 4 săptămâni ale semestrului al II-lea orele se vor desfășura on-line
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 – viteză, forță	2		
5	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice - îndemânare și rezistență.	2		
6	Măsurarea și evaluarea capacității de efort – măsurarea capacității de efort aerob; măsurarea capacității de efort anaerob Măsurarea indicilor funcționali – indici respiratorii și cardio-vasculari	2		

7	Teste motrice specifice diferitelor ramuri de sport	2		
<b>BIBLIOGRAFIE</b> 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 - 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 I. Niculescu – Curs Evaluare motrică și somato-funcțională, format electronic, actualizat 2021				
<b>9.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă</b>		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Seleționarea testelor pentru cercetarea capacității motrice Teste pentru măsurarea capacității motrice	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 rezultatelor învățării  În primele 4 săptămâni ale semestrului al II-lea orele se vor desfășura on-line
2	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice forța și viteza Teste pentru măsurarea vitezei și a forței	4		
3	Măsurarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a calității motrice îndemânare și rezistență Teste pentru măsurarea îndemânării și a rezistenței	4		
4	Măsurarea capacității de efort aerob și anaerob Teste pentru măsurarea capacității de efort aerob și anaerob	4		
5	Măsurarea și evaluarea parametrilor somatici Măsurarea capacității funcționale cardiovasculare și respiratorii Teste pentru măsurarea capacității funcționale cardiovasculare și respiratorii	4		
6	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în jocurile sportive (handbal, volei, fotbal, baschet)	6		
7	Teste utilizate în evaluarea aptitudinilor și a nivelului de pregătire în sporturile individuale (gimnastică, atletism)	4		
<b>Bibliografie</b> 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 - 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 I. Niculescu – Curs Evaluare motrică și somato-funcțională, format electronic, actualizat 2021				

**10. 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 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 liceal.

**11. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice	scris	50%
10.5 Seminar / Laborator / Tema de casă	Activitate participativă seminar/LP		10%
	Aplicarea unor teste de evaluare a motricității		20%
	Prezentarea portofoliului		20%
10.6 Standard minim de performanță	Participarea activă și intervenția studentului în activitățile de seminar + stăpânirea competențelor testate prin sistemul de evaluare anunțat.		

Data completării  
30.09.2024

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

Titular de seminar / laborator,  
Prof.univ.dr.Ionela Niculescu

Data aprobării în Consiliul departamentului, 30.09.2024  
Director de departament,  
(prestator)  
Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

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