



FIȘA DISCIPLINEI

PSIHOMOTRICITATEA SPECIFICĂ ACTIVITĂȚILOR FIZICE, anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București, Centrul Universitar 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 studiu / calificarea	Activități motrice curriculare și extracurriculare / Profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar

2. Date despre disciplină

2.1	Denumirea disciplinei	Psihomotricitatea specifică activităților fizice
2.2	Titularul activităților de curs	Lect. univ.dr. Stancu Maura
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator	Lect.univ.dr. Stancu Maura
2.4	Anul de studii	II
2.5	Semestrul	II
2.6	Tipul de evaluare	verificare
2.7	Regimul disciplinei	DA

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	2	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	1
3.4	Total ore din planul de învăț.	28	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	14
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								ore
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								15
Tutorat								
Examinări								2
Alte activități								5
3.7	Total ore studiu individual	72						
3.8	Total ore pe semestru	100						
3.9	Număr de credite	4						

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1	de curriculum	
4.2	de rezultate ale învățării	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs cu dotări adecvate: acces la internet și echipamente multimedia.
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală de seminar cu aparatură multi-media.

6. Obiectivele disciplinei

6.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• înțelegerea principalelor mecanisme ale psihomotricității implicate în realizarea mișcării• înțelegerea modalităților de aplicare a elementelor de psihomotricitate, în scopul optimizării comportamentului sportivului și a creșterii performanțelor sale;• înțelegerea rolului determinant al psihomotricității în evoluția copilului pe toate planurile începând din primii ani de viață ai acestuia
6.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Obiective cognitive: 1. Asigurarea unui climat motivational stimulant și atractiv, prin rezolvarea problemelor specifice în echipe de studenți. 2. Facilitarea învățării, a stabilirii de relații între conceptele fundamentale, prin utilizarea unor exemple concrete și analogii din domeniile interdisciplinare. 3. Identificarea unor situații concrete de utilizare aplicativă a diferitelor aspectelor teoretice• Obiective atitudinale 1. Formarea unei atitudini corecte și responsabile cu privire la rolul specialiștilor din domeniul, fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice profesiilor și ocupațiilor în domeniul științei sportului și educației fizice; 2. Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.

7. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	C3. Corectează mișcările potențial dăunătoare C4. Oferă feedback constructiv C6. Evaluează elevii
-------------------------	---



Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none">C.T. 1. lucreaza în echipe
-------------------------	--

8. Rezultatele învățării

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none">Înțelegerea principiilor biomecanicii și fiziologiei efortului pentru identificarea celor mai frecvente erori în execuția mișcărilor în funcție de sport sau activitate fizicăÎnțelegerea impactului feedback-ului asupra procesului de învățare, dezvoltării abilităților motrice și îmbunătățirii performanței.Identifica indicatori de performanță fizică și competență motrică pentru diferite categorii de vârstă și niveluri de pregătire.
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none">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.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 relevantDezvoltarea capacității de a aplica tehnici de evaluare formative și sumative pentru monitorizarea progresului elevilor/ sportivilor.Dezvoltarea de planuri de evaluare / analiza manageriale pentru diferite grupe de elevi și sportivi.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none">Asumarea responsabilității pentru prevenirea accidentărilor prin corectarea tehnicilor de mișcare.Promovarea unei culturi a siguranței și sănătății în practicile de antrenament și educație fizicăAsumarea 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 personalizatAdaptarea procesului de evaluare la nevoile individuale ale elevilor/sportivilor, asigurând incluziunea și echitatea în evaluarePromovarea unui sistem de evaluare bazat pe feedback constructiv și motivant.

9. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Motricitate și psihism – repere conceptuale	2	-prelegere - expunere cu material suport - explicație, - descriere și exemplificare - studiu de caz	Calculator, Videoproiector
2	Caracteristicile mișcării	2		
3	Psihic-psihism si elemente de neuropsihologia comportamentului motric	2		
4	Componentele psihomotricității	2		
5	Jocul și rolul lui în procesul de reeducare psihomotrică	2		
6	Metode și tehnici de cunoaștere și evaluare a nivelului de dezvoltare psihomotorie la diferite vârste	2		
7	Teste pentru domeniul perceptiv - motor (psihomotor)	2		
8.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Producerea și conducerea mișcărilor. Comportamentul motric	2	-expunere cu material suport -explicație, -descriere și exemplificare -dezbateri -conversație euristică -studiu de caz -problematizare	
2	Act, acțiune și activitate	2		
3	Principalele etape ale evoluției psihomotrice ale copilului	2		
4	Exerciții și exersare.	2		
5	Jocuri, ștafete, parcursuri aplicative, experiențe motrice utile în educarea psihomotrică	2		
6	Educarea componentelor psihomotricității: conștientizare corporală, spațio-temporală, a ritmicității, coordonare, echilibru , lateralitate.	2		
7	Aplicarea și interpretarea rezultatelor testelor pentru componentele psihomotricității:	2		
Bibliografie				
1. Abalășei, B., & Popescu, L. (2017). Body scheme-fundamental component of growth and development, Gymnasium, Bacău, 17 (2), 2-10. https://doi.org/10.29081/gsjesh.2016.17.2.10				
2. Bondi, D., Prete, G., Malatesta, G., & Robazza, C. (2020). Laterality in Children: Evidence for Task-Dependent Lateralization of Motor Functions. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(18), 605. http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17186705				



3. Cristuță, A., & Rață, G. (2015), Study on orientation disturbance correction on children in primary education, Sport & Society, 206-214.
4. Fernandez-Baizan, C., Arias, J. L., & Mendez, M. (2021). Spatial orientation assessment in preschool children: Egocentric and allocentric frameworks. Applied Neuropsychology: Child, 10(2), 171-193. <https://doi.org/10.1080/21622965.2019.1630278>
5. Epuran M., (1976), Psihologia educației fizice, Editura Sport Turism, București
6. Epuran M., (2011), - Motricitate și psihism în activitățile corporale, Editura FEST, București
7. Goldman, D. L. (2019). Revisiting Clifford Scott's "Body Scheme" with a Dash of the Postmodern: A Personal Appreciation. Canadian Journal of Psychoanalysis, 27(1), 188-212
8. Stancu, M., (2024) – Psihomotricitatea specifică activităților fizice, Note de curs
9. Stănescu M., (2001), - Strategii de învățare motrică prin imitație, Editura Semne, București
10. Wauters-Krings. F., 2014, Editura ASCR

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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante ale domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale

11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare	11.3 Puncte pe activitate
11.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare finală - examen oral	30
11.5 Seminar / Laborator / Tema de casă	Activitate seminar: Analiza produselor și implicarea activă a studenților în activitățile de seminar	Participare activă Evaluare continuă – la nivelul activităților de seminar	10 30
	Temă de casă: Proiectul unei activități de seminar în viziune inter-/transdisciplinară	Evaluare sumativă	30
11.6. Condiții de promovare Punctajul minim pentru promovarea disciplinei este de 50 puncte. Punctajul total se transformă în notă întreagă prin împărțire la 10 și rotunjire. Studentul trebuie să participe la evaluarea finală, în regim față în față, fără impunerea unui punctaj minim la evaluarea finală.			

Data completării

Titular de curs,

Titular de seminar / laborator,

30 septembrie 2024.

Lect. univ. dr Stancu Maura

Lect. univ. dr Stancu Maura

Data aprobării în Consiliul departamentului,
30 septembrie 2024

Director de departament,
(prestator)

Director de departament,
(beneficiar),

Conf univ dr Mihăilescu Liviu

Conf univ dr Mihăilescu Liviu

Data aprobării în Consiliul FSEFI,
30 septembrie 2024.

Decan FSEFI,
Conf.univ.dr. Julien Leonard FLEANCU