



## FIȘA DISCIPLINEI

**TEORIA SPORTULUI**, anul universitar 2024-2025

### 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                     | <b>Educație fizică și sport</b>   |
| 1.4 | Domeniul de studii                | <b>Știința Sportului și Educației Fizice</b>  |
| 1.5 | Ciclul de studii                  | <b>master</b>   |
| 1.6 | Programul de studiu / calificarea | PS/ profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar                                   |

### 2. Date despre disciplină

|                           |  |   |     |           |   |                              |                   |   |     |                     |    |
|---------------------------|--|---|-----|-----------|---|------------------------------|-------------------|---|-----|---------------------|----|
| 2. Date despre disciplina |  |   |     |           |   |                              |                   |   |     |                     |    |
| 2.1                       | Denumirea disciplinei                          |   |     |           |   | TEORIA SPORTULUI             |                   |   |     |                     |    |
| 2.2                       | Titularul activităților de curs                |   |     |           |   | Conf. univ. dr Macri Aurelia |                   |   |     |                     |    |
| 2.3                       | Titularul activităților de seminar / laborator |   |     |           |   | Conf. univ. dr Macri Aurelia |                   |   |     |                     |    |
| 2.4                       | Anul de studii                                 | I | 2.5 | Semestrul | I | 2.6                          | Tipul de evaluare | E | 2.7 | Regimul disciplinei | Op |

### 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  |
| <b>Distribuția fondului de timp alocat studiului individual</b>                                |                                |     |     |               |    |     |           | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe                                     |                                |     |     |               |    |     |           | 18  |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren |                                |     |     |               |    |     |           | 18  |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri                            |                                |     |     |               |    |     |           | 22  |
| Tutorat  |                                |     |     |               |    |     |           | 10  |
| Examinări  |                                |     |     |               |    |     |           | 4   |
| Alte activități .....  |                                |     |     |               |    |     |           |     |
| 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              | CUNOSTINTE PRACTICE DESPRE TEORIA EDUCATIEI FIZICE SI SPORTULUI           |
| 4.2 | de rezultate ale învățării | COMPETENTE DE ORGANIZARE, CONDUCERE ȘI DESFĂȘURARE A ACTIVITĂȚII SPORTIVE |

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

|     |                                |                          |
|-----|--------------------------------|--------------------------|
| 5.1 | De desfășurare a cursului      | SALA CURS VIDEOPROIECTOR |
| 5.2 | De desfășurare a laboratorului | SALA SEMINAR             |

### 6. Obiectivele disciplinei

|                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| 6.1 Obiectivul general al disciplinei | Dobândirea cunoștințelor despre activitatea socială sport, conexiunile cu alte domenii de activitate.<br>Înțelegerea fenomenului sportiv și a tendințelor din sportul contemporan, strategiile de dezvoltare a acestuia.   |
| 6.2 Obiectivele specifice             | Os2Aprofundarea cunoștințelor despre sport, ca activitate de dezvoltare a ființei umane;<br>Caracteristicile sportului<br>Os2Însușirea funcțiilor și obiectivelor<br>• Os3Conștientizarea studenților masteranzi cu privire la tendințele manifeste în sportul contemporan și descoperirea strategiilor de dezvoltare a sportului. |

### 7. Competențe specifice vizate



|                         |  |
|-------------------------|--|
| Competențe profesionale | CP1. Aplică strategii de predare.<br>CP6. Motivează în sport.<br>CP9. Monitorizează comportamentul elevului. |
| Competențe transversale | CT2. Respectă reglementările.  |

## 8. Rezultatele învățării

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| Cunoștințe                    | Înțelege și aplică strategii de predare utilizate în domeniul Știința sportului și educației fizice<br>Identificarea strategiilor de comunicare eficiente pentru a menține un nivel ridicat de motivație în echipe și grupuri sportive.<br>Înțelegerea principiilor fundamentale ale dezvoltării psihomotorii prin aplicarea metodelor de coordonare și integrare a activităților educaționale/sportive/manageriale într-un mediu interdisciplinar.   |
| Aptitudini                    | Identificarea și implementare metodelor didactice active și interactive utilizate în procesul de predare a educației fizice și sportului.<br>-Aplicarea tehnicilor de predare bazate pe învățarea prin practică, joc și simulări specifice sportului<br>-Dezvoltarea capacității de a identifica factorii motivaționali individuali ai sportivilor și elevilor.<br>-Aplicarea tehnicilor de motivare personalizate pentru sportivi de diferite niveluri și vârste<br><br>Dezvoltarea capacității de a observa și analiza comportamentul elevilor în timpul activităților fizice și sportive.<br>-Utilizarea tehnologiilor moderne pentru monitorizarea progresului și comportamentului elevilor   |
| Responsabilitate și autonomie | Asumarea responsabilității în aplicarea metodelor didactice moderne pentru îmbunătățirea procesului de predare și învățare în sport.<br>-Adaptarea strategiilor de predare la diversitatea grupului și la cerințele individuale ale acestora<br>-Crearea și menținerea unui climat de antrenament și competiție care stimulează angajamentul și perseverența.<br>- Implementarea strategiilor de motivare bazate pe obiective individualizate și recunoașterea progresului<br>Asumarea responsabilității privind identificarea și managementul comportamentelor adecvate și neadecvate în cadrul activităților sportive.<br>-Promovarea unei relații deschise și constructive cu elevii pentru a încuraja un comportament pozitiv.<br>-Adaptarea metodelor de evaluare a comportamentului la nevoile individuale ale elevilor, asigurând echitate și obiectivitate. |

## 9. Conținuturi

| 9.1. Curs |   | Nr. ore | Metode de predare  | Observații<br>Resurse folosite |
|-----------|---|---------|--|--------------------------------|
| 1         | Notiuni fundamentale pentru teoria sportului. Evoluția concepției despre sport în România.                        | 2       | Prelegere și utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |                                |
| 2         | Caracteristicile sportului: sport și instituție, sport și performanță, sport și competiție, sport și socializare. | 4       | Prelegere și utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |                                |
| 3         | Funcțiile și obiectivele sportului  | 2       | Prelegere și utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |                                |



|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
| 4  | Clasificarea sporturilor   | 2 | Prelegere si utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |  |
| 5  | Subsistemele sportului. Sportul pentru toți, sportul adaptat, sportul de performanță.                              | 2 | Prelegere si utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |  |
| 6.   | Tendinte manifeste în sportul contemporan, strategii de dezvoltare a sportului.                                    | 2 | Prelegere si utilizarea materialelor intuitive, videoproiector, laptop |  |
| <b>Bibliografie:</b><br><ol style="list-style-type: none"><li>1. Macri A.C., Suport de curs, 2021</li><li>2. Todea S., Teoria sportului, editura Fundatiei Romania de maine ; 284 pagini, 2006</li><li>3. Thomas D. J., – Utilizarea teoriei învățării sociale in sportul competitional și competitie, Colectia SDP nr 350, 351, 352 MTS-CCPS Bucuresti 1995</li><li>4. Voicu A. V., –Managementul organizațiilor și activităților sportive, Risoprint, Cluj-Napoca, 1998</li><li>5. Wille U., – Sistemul competitional, Antrenoriat și competitie, colectia SDP, nr 350, 351, 352 MTS-CCPS Bucuresti , 1995</li><li>6. Ciuvica Enusi M, - Managementul activitatii sportive si gestionarea evenimentelor sportive, ed Prouniversitaria 2024</li><li>7. Medei F.C., - Dreptul educației fizice și sportului, ed CH Beck, 2024</li><li>8. Rea Simon - Sports Science: A Complete Introduction, ed. Teach yourself, 2024</li><li>9. Holdevici I., Epuran M., Tonita F., - Psihologia sportului de performanță, ed Trei, 2022</li><li>10. Jucan D., Bocoș M., - Teoria si metodologia instruirii. Teoria si metodologia evaluarii Ed.5, ed. paralela 45, 2022</li><li>11. John Sproule , Oxford Resources for IB DP Sports, Exercise and Health Science: Course Book, ed. Oxford University Press</li></ol> |  |   |  |  |
| 9.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă   |  |   |  |  |
| 1  | Analiza caracteristicilor sportului de performanță.  | 2 | Expunere, prelegere, exersare  |  |
| 2  | Analiza functiilor si obiectivelor sportului   | 2 | Expunere, prelegere, exersare  |  |
| 3  | Analiza relatiei stiința si sportul.   | 2 | Expunere, prelegere, exersare  |  |
| 4  | Dezbateri și exemplificări referitor la direcțiile de acțiune pentru creșterea eficienței antrenamentului sportiv. | 2 | Expunere, prelegere, exersare  |  |
| 5  | Analiza sportului ca producator de valori.   | 2 | Expunere, prelegere, exersare  |  |
| 6  | Dezbateri pe marginea subiectului: tendinte în competițiile sportive contemporane.                                 | 4 | Expunere, prelegere, exersare  |  |



**Bibliografie:**

Macri A.C., Suport de curs, 2021

Todea S., Teoria sportului, editura Fundatiei Romania de maine ; 284 pagini, 2006

Ciuvica Enusi M., - Managementul activitatii sportive si gestionarea evenimentelor sportive, ed Prouniversitaria 2024

Medei F.C., - Dreptul educației fizice și sportului, ed CH Beck, 2024

Rea Simon - Sports Science: A Complete Introduction, ed. Teach yourself, 2024

Holdevici I., Epuran M., Tonita F., - Psihologia sportului de performanță, ed Trei, 2022

Jucan D., Bocoș M., - Teoria si metodologia instruirii. Teoria si metodologia evaluarii Ed.5, ed. paralela 45, 2022

John Sproule , Oxford Resources for IB DP Sports, Exercise and Health Science: Course Book, ed. Oxford University Press

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

*Disciplina urmărește formarea unei imagini clare și corecte, asupra sportului, ca activitate de dezvoltare și perfecționare a finite umane. Formarea competențelor privind valorile sportului și rolului său în societate.*

**11. Evaluare**

| Tip activitate   | 11.1 Criterii de evaluare   | 11.2 Metode de evaluare  | 11.3 Puncte pe activitate |
|--|---|--|---------------------------|
| <b>11.4 Curs</b>   | • Evaluare finală: examen   | <b>evaluarea cunoștințelor predate</b>   | <b>50</b>                 |
| <b>11.5 Seminar / Laborator / Tema de casă</b>   | • Activitate practică activitate seminar/lp                                     | Evaluare sustinerii referatelor<br>Analiza modului de întocmire a a portofoliului. | 20                        |
|  | • Temă de casă: întocmirea și predarea profesorului-coordonator a portofoliului | Notare curentă.  | 20                        |
|  | • Participare activitati lp   | Evaluarea participării conștiente și active din cadrul lucrărilor practice         | 10                        |
| <b>11.6. Condiții de promovare</b><br>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  
26.09.2024

Titular de curs,  
Conf. univ. dr Macri Aurelia

Titular de seminar / laborator,  
Conf. univ. dr Macri Aurelia

Data aprobării în Consiliul departamentului,  
30.09.2024

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

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

Data aprobării în Consiliul FSEFI,  
30.09.2024

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