**fișa disciplinei TEORIA SPORTULUI**

**1. Date despre program**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.1 Instituția de învățământ superior/ | Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICAdin București/ |
| 1.2 Facultatea | DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ |
| 1.3 Departamentul | DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii universitare | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5Programul de studii universitare | PERFORMANȚĂ ÎN SPORT |
| 1.6 Ciclul de studii universitare | MASTER |
| 1.7 Limba de predare | ROMÂNĂ |
| 1.8 Locația geografică de desfășurare a studiilor | PITEȘTI |

**2. Date despre disciplină/**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.1 Denumirea disciplinei/  (ro) | | | **TEORIA SPORTULUI** | | | | | | | |
| 2.2 Titularul/ii activităților de curs/ | | | | | MACRI AURELIA CRISTINA | | | | | |
| 2.3 Titularul/ii activităților de seminar / laborator/proiect/ | | | | | MACRI AURELIA CRISTINA | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu/ | 1 | 2.5 Semestrul | | I | | 2.6. Tipul de evaluare | E | | 2.7 Statutul disciplinei | OP |
| 2.8 Categoria formativă/ | | S | | 2.9 Codul disciplinei | | | | |  | | --- | | UPB.18.M1.A.04-03 | | | |

**3. Timpul total** (ore pe semestru al activităților didactice

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână/ | 2 | | Din care: 3.2 curs/ | | 1 | 3.3seminar/laborator/proiect | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ/ | 28 | | Din care: 3.5 curs/ | | 14 | 3.6 seminar/laborator/proiect | 14 |
| Distribuția fondului de timp: | | | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe  Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate  Pregătire seminarii/laboratoare/proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | | | 42 |
| Tutorat | | | | | | | 10 |
| Examinări/ | | | | | | | 10 |
| Alte activități (dacă există): | | | | | | | 10 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | **72** | |
| 3.8 Total ore pe semestru/ | | **100** | |
| 3.9 Numărul 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 DESFASURARE A ACTIVITATII SPORTIVE |

**5. Condiții necesare pentru desfășurarea optimă a activităților didactice** (acolo unde este cazul)/

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1 de desfășurare a cursului/ | * Cursul se va desfășura într-o sală dotată cu videoproiector și computer. |
| 5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului/ proiectului/ | * Seminariile se vor desfășura într-o sală dotată cu videoproiector și computer. |

**6. Obiectiv general**

Dobândirea cunoștintelor despre activitatea socială- sport, conexiunile cu alte domenii de activitate.

Înțelegerea fenomenului sportiv și a tendințelor din sportul contemporan, stategiile de dezvoltarea a acestuia.

**7. Rezultatele învățării**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cunoștințe** | -Întelege și aplică strategii de predare utilizate în domeniul Știința sportului și educației fizice  -Identificarea strategiilor de comunicare eficiente pentru a menține un nivel ridicat de motivație în echipe și grupuri sportive.  -Întelegerea principiilor fundamentale ale dezvoltării psihomotorii prin aplicarea metodelor de coordonare și integrare a activităților educaționale/sportive/manageriale într-un mediu interdisciplinar. |
| **Abilități** | -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  -Dezvoltarea capacității de a identifica factorii motivaționali individuali ai sportivilor și elevilor.  -Aplicarea tehnicilor de motivare personalizate pentru sportivi de diferite niveluri și vârste  -Dezvoltarea capacității de a observa și analiza comportamentul elevilor în timpul activităților fizice și sportive.  -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.  -Adaptarea strategiilor de predare la diversitatea grupului și la cerințele individuale ale acestora.  -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  -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. |

**8. Metode de predare**

Pornindu-se de analiza caracteristicilor de învățare ale studenților și de la nevoile lor specifice, procesul de predare va explora metode de predare atât expozitive (prelegerea, expunerea), cât și conversative-interactive.

În activitatea de predare vor fi utilizate prelegeri, în baza unor prezentări Power Point sau diferite filmulețe care vor fi puse la dispoziția studenților. Fiecare curs va debuta cu recapitularea capitolelor deja parcurse, cu accent asupra noțiunilor parcurse la ultimul curs.

Această disciplină acoperă informații și activități practice menite să-i sprijine pe studenți în eforturile de învățare și de dezvoltare a unor relații optime de colaborare și comunicare într-un climat favorabil învățării prin descoperire.

Se va avea în vedere exersarea abilităților de ascultare activă şi de comunicare asertivă, precum şi a mecanismelor de construcție a feedback-ului, ca modalități de reglare comportamentală în situații diverse și de adaptare a demersului pedagogic la nevoile de învățare ale studenților.

Se va exersa abilitatea de lucru în echipă pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.

**9. Conținuturi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CURS/** | | |
| **Capitolul** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| I | Notiuni fundamentale pentru teoria sportului. Evolutia concepției despre sport in Romania. | **2** |
| II | Caracteristicile sportului: sport și instituție, sport și performanta, sport și competitie, sport și socializare. | **2** |
| III | Functiile si obiectivele sportului | **4** |
| IV | Clasificarea sporturilor | **2** |
| V | Subsistemele sportului. Sportul pentru toți, sportul adaptat, sportul de performanță. | **2** |
| VI | Tendinte manifeste în sportul contemporan, strategii de dezvoltare a sportului. | **2** |
|  | **Total:** | **14** |
| **Bibliografie:**   1. Macri A.C., Teoria sportului, Suport de curs, 2024 2. Todea S., Teoria sportului, 3. Thomas D. J., – Utilizarea teoriei învățării sociale in sportul competitional și competitie, Colectia SDP nr 350, 351, 352 MTS-CCPS Bucuresti 1995 4. Voicu A. V., –Managementul organizațiilor și activităților sportive, Risoprint, Cluj-Napoca, 1998 5. Wille U., – Sistemul competitional, Antrenoriat și competitie, colectia SDP, nr 350, 351, 352 MTS-CCPS Bucuresti , 1995 6. Ciuvica Enusi M, - Managementul activitatii sportive si gestionarea evenimentelor sportive, ed Prouniversitaria 2024 7. Medei F.C., - Dreptul educației fizice și sportului, ed CH Beck, 2024 8. Rea Simon - Sports Science: A Complete Introduction, ed. Teach yourself, 2024 9. Holdevici I., Epuran M., Tonita F., - Psihologia sportului de performanță, ed Trei, 2022 10. Jucan D., Bocoș M., - Teoria si metodologia instruirii. Teoria si metodologia evaluarii Ed.5, ed. paralela 45, 2022 11. John Sproule , Oxford Resources for IB DP Sports, Exercise and Health Science: Course Book, ed. Oxford University Press | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LABORATOR/ SEMINAR/PROIECT** | | |
| **Nr. crt.** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| 1. | Analiza caracteristicilor sportului de performanţă. | 2 |
| 2. | Analiza functiilor si obiectivelor sportului | 2 |
| 3. | Analiza relatiei stiința - sport. | 2 |
| 4. | Dezbateri şi exemplificări referitor la direcţiile de acţiune pentru creşterea eficienţei antrenamentului sportiv. | 2 |
| 5. | Analiza sportului ca producator de valori. | 2 |
| 6. | Dezbateri pe marginea subiectului: tendinte în competițiile sportive contemporane. | 4 |
|  | **Total:** | **14** |
| **Bibliografie:**  1.Macri A.C., Teoria sportului, Suport de curs, 2024  2.Todea S., Teoria sportului, editura Fundatiei Romania de mâine; 284 pagini, 2006  3. Ciuvica Enusi M, - Managementul activitatii sportive si gestionarea evenimentelor sportive, ed Prouniversitaria 2024 4. Medei F.C., - Dreptul educației fizice și sportului, ed CH Beck, 20245. Rea Simon - Sports Science: A Complete Introduction, ed. Teach yourself, 20246. Holdevici I., Epuran M., Tonita F., - Psihologia sportului de performanță, ed Trei, 20227. Jucan D., Bocoș M., - Teoria si metodologia instruirii. Teoria si metodologia evaluarii Ed.5, ed. Paralela 45, 20228. John Sproule , Oxford Resources for IB DP Sports, Exercise and Health Science: Course Book, ed. Oxford University Press | | |

**10. Evaluare**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
| 10.4 Curs | Evaluare finală: examen | examen scris **/**evaluarea cunoștințelor predate | 50 |
| 10.5 Seminar/laborator/proiect | Activitate practică activitate seminar | Evaluarea participării conştiente şi active/implicare în dezbateri | 20 |
| Temă de casă: întocmirea /susținerea proiectelor /referatelor | Evaluare sustinerii referatelor  Analiza modului de întocmire a a portofoliului | 30 |
| 10.6 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  25.09.2025 | Titular de curs | Titular de aplicații |
|  | Macri Aurelia Cristina | Macri Aurelia Cristina |
|  |  |  |
| Data avizării în departament | Director de departament  Mihăilescu Liviu\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | |
| 29.09.2025 |  | |
|  |  | |
| Data aprobării în Consiliul Facultății | Decan  Fleancu Leonard | |

29.09.2025