**fișa disciplinei**

***MĂSURARE ȘI EVALUARE ÎN SPORT,***

*anul universitar 2025-2026*

**1. Date despre program**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.1 Instituția de învățământ superior/ | Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICA din București/ |
| 1.2 Facultatea | **Științe Educație Fizică și Informatică** |
| 1.3 Departamentul | **Educație Fizică și Sport** |
| 1.4 Domeniul de studii universitare | Știința Sportului și Educației Fizice |
| 1.5 Programul 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 | | | **Măsurare și evaluare în sport** | | | | | | | |
| 2.2 Titularul/ii activităților de curs | | | | | Prof.univ.dr. Niculescu Ionela | | | | | |
| 2.3 Titularul/ii activităților de seminar / laborator/proiect | | | | | Prof.univ.dr. Niculescu Ionela | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu | 2 | 2.5 Semestrul | | II | | 2.6. Tipul de evaluare | E | | 2.7 Statutul disciplinei | Op |
| 2.8 Categoria formativă | | DS | | 2.9 Codul disciplinei: | | | | UPB.18.M4.A.04-05 | | |

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână/ | 2 | | Din care: 3.2 curs | | 1 | 3.3 seminar/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 | | | | | | | 10  20  20 |
| Tutorat | | | | | | | 10 |
| Examinări | | | | | | | 12 |
| Alte activități (dacă există): | | | | | | | - |
| 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 |  |
| 4.2 de rezultate ale învățării |  |

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

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1 de desfășurare a cursului | Sală cu videoproiector |
| 5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului/ proiectului | Sală cu videoproiector |

**6. Obiectiv general**

Familiarizarea studenţilor cu noţiunile specifice disciplinei, cu conceptele ei fundamentale, cu principalele teorii explicative ale disciplinei și modul în care acestea intervin în formarea studentului.

**7. Rezultatele învățării**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cunoștințe** | * Identifică factorii care influențează învățarea în educație fizică și sport, inclusiv motivația, retenția, transferul și autoreglarea. * Înțelegerea impactului feedback-ului asupra procesului de învățare, dezvoltării abilităților motrice și îmbunătățirii performanței * Identifică indicatori de performanță fizică și competență motrică pentru diferite categorii de vârstă și niveluri de pregătire. |
| **Abilități** | * 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. * 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. * 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. |
| **Responsabilitate și autonomie** | * 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. * 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. * 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. |

**8. Metode de predare**

Prelegerea participativă, dezbaterea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea, conversaţia euristică, metode intuitive de video proiecţie – expunere PPT.

**9. Conținuturi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CURS** | | |
| **Capitolul** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| I | Conceptul de evaluare – caracteristici generale, funcţiile evaluării, tipologia evaluării, conţinutul evaluării, criterii de evaluare, metode de evaluare utilizate în antrenament și competiții. | **2** |
| II | Conceptul de test – definire, selecţionarea şi clasificarea testelor pentru indicatorii somatici, funcţionali şi motrici. | **2** |
| III | Principalele caracteristici ale dezvoltării fizice şi motrice a sportivilor la diferite vârste. | **2** |
| IV | Măsurarea şi evaluarea nivelului de dezvoltare a calităţilor motrice –viteză, forţă; | **2** |
| V | Măsurarea şi evaluarea nivelului de dezvoltare a calităţilor motrice - îndemânare și rezistenţă; | **2** |
| VI | Măsurarea şi evaluarea capacităţii de efort – măsurarea capacităţii de efort aerob; măsurarea capacităţii de efort anaerob Măsurarea indicilor funcţionali – indici respiratori și cardio-vasculari; | **2** |
| VII | Teste motrice specifice diferitelor ramuri de sport. | **2** |
|  | **Total:** | **14** |
| **Bibliografie:**   1. I. Niculescu – Curs Evaluare motrică și somato-funcțională, format electronic, actualizat 2024 2. Adrian Dragnea – Măsurarea şi evaluarea în educaţie fizică şi sport – Ed. Sport – Turism, Bucureşti, 1984 3. Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităţilor motrice, Ed. Didactică şi Pedagogică, R.A., Bucureşti, 1999 4. Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti, 2000 5. A. Demeter - Calităţile fizice, Ed. Sport-Turism, Bucureşti, 1983 6. A. Demeter - Bazele fiziologice şi biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, Bucureşti, 1984 7. I. Niculescu – Evaluare motrică şi somato-funcţională - curs, Ed.Universitaria Craiova, 2006 | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LABORATOR/ SEMINAR/PROIECT** | | |
| **Nr. crt.** | **Conținutul** | **Nr. ore** |
| 1. | Definirea conceptelor utilizate, tipologii, funcții, clasificări | **2** |
| 2. | Indici somatici, funcționali, motrici, măsurători antropometrice | **2** |
| 3. | Teste utilizate pentru evaluarea capacității de efort în sportul de performanță | **2** |
| 4. | Teste pentru măsurarea și evaluarea îndemânării utilizate în sportul de performanță | **2** |
| 5. | Teste pentru măsurarea și evaluarea vitezei utilizate în sportul de performanță | **2** |
| 6. | Teste pentru măsurarea și evaluarea forței utilizate în sportul de performanță | **2** |
| 7. | Teste pentru măsurarea și evaluarea îndemânării utilizate în sportul de performanță | **2** |
|  | **Total:** | **14** |
| **Bibliografie:**   1. I. Niculescu – Curs Evaluare motrică și somato-funcțională, format electronic, actualizat 2024 2. Adrian Dragnea – Măsurarea şi evaluarea în educaţie fizică şi sport – Ed. Sport – Turism, Bucureşti, 1984 3. Adrian Dragnea, Aura Bota – Teoria activităţilor motrice, Ed. Didactică şi Pedagogică, R.A., Bucureşti, 1999 4. Ion T. Radu – Evaluarea în procesul didactic, Ed. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti, 2000 5. A. Demeter - Calităţile fizice, Ed. Sport-Turism, Bucureşti, 1983 6. A. Demeter - Bazele fiziologice şi biochimice ale formării deprinderilor motrice, Ed. Sport-Turism, Bucureşti, 1984 7. I. Niculescu – Evaluare motrică şi somato-funcţională - curs, Ed.Universitaria Craiova, 2006 | | |

**10. 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/proiect | Activitate participativă seminar/LP |  | 10 |
| Aplicarea unor teste de evaluare a  motricității |  | 20 |
| Prezentarea portofoliului |  | 20 |
| 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  28.09.2025 | Titular de curs  Prof.univ.dr. Niculescu Ionela | Titular de aplicații  Prof.univ.dr. Niculescu Ionela |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Data avizării în departament | Director de departament  Mihăilescu Liviu\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | |
| 29.09.2025 |  | |
|  |  | |
| Data aprobării în Consiliul Facultății | Decan  Fleancu Leonard | |

29.09.2025