



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie
POLITEHNICA București
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



FIȘA DISCIPLINEI
Aplicații practice în activitatea sportivă școlară,
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 universitare	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Programul de studii universitare	Activități Motrice Curriculare și Extracurriculare
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/	Aplicații practice în activitatea sportivă școlară						
2.2 Titularul/ii activităților de curs							
2.3 Titularul/ii activităților de seminar / laborator/proiect	Amzăr Elena Luminița						
2.4 Anul de studiu/	1	2.5 Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	V	2.7 Statutul disciplinei/	Ob
2.8 Categoria formativă	S	2.9 Codul disciplinei	UPB.18.M1.O.05-04				

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

3.1 Număr de ore pe săptămână/	2	Din care: 3.2 curs/		3.3seminar/laborator/proiect	2
3.4 Total ore din planul de învățământ/	28	Din care: 3.5 curs/		3.6 seminar/laborator/proiect	28
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					20
Tutorat					
Examinări					2
Alte activități (dacă există):					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru/	50				
3.9 Numărul de credite	2				

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	
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului/proiectului	<ul style="list-style-type: none">Sala de sport

6. Obiectiv general - familiarizarea studenților masteranzi cu desfășurarea procesului instructiv-educativ din unitățile de învățământ (liceu).



7. Rezultatele învățării

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none">- Înțelege și aplică strategii de predare utilizate în domeniul SEFS- Înțelegerea principiilor de diferențiere pedagogică și aplicarea metodelor moderne de instruire diferențiată și adaptată în educația fizică și sport.- Înțelegerea principiilor fundamentale ale dezvoltării psihomotorii prin aplicarea metodelor de coordonare și integrare a activităților educaționale/sportive/manageriale într-un mediu interdisciplinar.
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none">- 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.- Aplicarea unor strategii didactice flexibile pentru a răspunde nevoilor individuale ale elevilor.- Capacitatea de a ajusta sarcinile motrice și de a personaliza exercițiile în funcție de abilitățile și limitările fiecărui elev- 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	<ul style="list-style-type: none">- 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.- Asumarea responsabilității pentru crearea unui mediu de învățare incluziv și echilibrat, adaptat nevoilor fiecărui elev.- Promovarea unui sistem de predare adaptiv, bazat pe feedback constant și ajustarea obiectivelor de învățare- 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 - Explicația, demonstrația, exercițiul, lucrul în grup, discuția, dezbateră, dialogul, conversația euristica

9. Conținuturi

CURS		
Capitolul	Conținutul	Nr. ore

LABORATOR/ SEMINAR/PROIECT		
Nr. crt.	Conținutul	Nr. ore
1.	Prezentarea obiectivelor disciplinei, obligațiilor studenților, modalități de notare. Cunoașterea colectivului de studenți, a nivelului de pregătire a acestora	2ore
2.	- Cunoașterea documentelor școlare și a produselor curriculare specifice ciclului liceal; - Planul cadru de învățământ, curriculum nucleu, curriculum la decizia liceului; - Ariile curriculare; Aria curriculară de educație fizică și sport; - Ciclurile curriculare în învățământul preuniversitar; - Programă școlară de educație fizică și sport la ciclul liceal;	2ore
3.	- Cunoașterea documentelor de proiectare – planificare – programare specifice disciplinei educație fizică și sport; - Eșalonarea anuală a unităților de învățare; - Planul calendaristic semestrial; - Proiectarea unităților de învățare; - Proiectul didactic.	2ore
4.	- Cunoașterea sistemului de evaluare a elevilor la educație fizică și sport - Standarde de evaluare; - Sistemul de evaluare pentru ciclul liceal; - Fișa individuală pentru înregistrarea rezultatelor obținute la susținerea probelor de evaluare (ciclul liceal);	4 ore
5.	- Cunoașterea documentelor de evidență în educație fizică și sport: - Catalogul clasei; - Carnetul de elev; - Caietul profesorului de educație fizică și sport; - Completarea condicii de prezență - Portofoliul profesorului de educație fizică și sport	2 ore



6.	- Metodologia privind eliberarea scutirilor medicale de la orele de educație fizică și sport.	2 ore
7.	- Organizarea activităților sportive școlare; - Asociațiile sportive; - Calendarul competițional – particularitățile de întocmire a lui pe faze succesive – pe clasă, pe școală, municipiu, județ, zonă, finală națională. - Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor sportive școlare: dispoziții generale, obiective, măsuri organizatorice, condiții de participare și calificare, titluri și premii, reglementări administrativ financiare, sancțiuni, dispoziții finale.	2 ore
8.	- Organizarea și desfășurarea activităților turistice școlare - Activitatea de dirigenție și consiliere	2 ore
9.	Prezentarea unor secvențe din lecția de educație fizică la clasele din ciclul liceal, conform planificării semestriale.	10 ore
Total:		28

Bibliografie:

1. Amzar E.L., (2025)- **Aplicatii practice în activitatea sportiva scolara – îndrumar practico-metodic, uz intern**
 2. Butnariu M. (2011) - „Activități aplicative în unități de învățământ și structuri sportive”, Editura Universitaria, Craiova
 3. Cataneanu S.,M., Ungureanu-Dobre A., - (2016) Educația fizică și sportivă școlară, Edit. Universitaria
 4. Ciuvica- Enusi, M., - 2024 Managementul activitatii sportive si gestionarea evenimentelor sportive, Edit. ProUniversitaria, pag 203, ISBN: 9786062618872
 5. Farcas – Vlăgea, C., - (2018) – Eficiența jocurilor dinamice în lecția de educație fizică, Edit. Rovimed Publishers
 6. Dincă Dumitrescu, R. – (2013) Didactica educației fizice și psihomotorii, Editura Universității din București, București.
 7. Gâda T., Gâda M., Mihăilescu L., Folea E. (2006) - „Ghidul studentului practicant” – Editura Pământul, Pitești;
 8. Ghervan, P., (2014), *Teoria Educației fizice și sportului*, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, Suceava
 9. Oprea I., Pislau V., - 2017, Educație fizica si sport, Edit. Didactica si Pedagogica, pag 140, ISBN: 9786063104657
 10. Stănescu M., (2012), Didactica educației fizice, Editura Universitară, București.
 11. Stănescu M., (2013), Dezvoltări în didactica educației fizice, Editura Bren, București.
- <http://administrare.site.edu.ro/index.php/articles/curriculum/c543+591++/> - *Programele școlare pentru educație fizică și sport (în vigoare)*.
<http://pedagogic-sport.blogspot.com/2013/09/ansamblul-sportiv-si-orele-pentru.html>

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Seminar/laborator/proiect	Implicarea studenților în lecțiile practice	Evaluarea participării active în cadrul lecțiilor practice (activitate L.P.)	30
	Temă de casă (portofoliu)	Verificarea portofoliului	50
	Prezentarea unui proiect didactic pentru o lecție de educație fizică la nivel liceal Prezentarea unui proiect didactic adaptat pentru o clasă de liceu	Evaluare orală	20
10.6 Condiții de promovare			
<ul style="list-style-type: none">• 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

Data avizării în
departament
29.09.2025

Data aprobării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Titular de curs

Director de departament
Conf. univ. dr. Mihăilescu Liviu

Decan
Conf. univ. dr. Fleancu Julien Leonard

Titular(ii) de aplicații
Lect. univ. dr. Amzar Elena Luminita