

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI (Centrul Universitar UBB din Reșița)
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTERAT
1.6 Programul de studiu/ Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE/ MASTER'S DEGREE

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	PSIHOMOTRICITATE						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DA
2.8 Codul disciplinei	YMR2002						

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					56
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					38
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					29
Tutoriat					8
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual	133				
3.8 Total ore pe semestru	175				
3.9 Numărul de credite	7				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Sală de curs dotată cu aparatură de video proiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Sală de curs dotată cu aparatură de video proiecție

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară: psihologie și motricitate. • C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. • C4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice Educației fizice școlare și activităților extracurriculare.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activități specifice educației fizice, precum și pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie. • CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de instruire.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea unor cunoștințe de ordin teoretic, metodologic și practico-metodic, necesare educației psihomotrice
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea unei gândiri creative prin utilizarea, evaluarea și adaptarea permanentă a unor strategii proprii pentru dezvoltarea de probleme specifice educației psihomotrice; • Înțelegerea și utilizarea noilor metodologii didactice prin folosirea de idei, modele și teorii diverse pentru a investiga și descrie procesele specifice învățământului de toate gradele; • Dobândirea unei culturi a efortului fizic și intelectual, ca expresie a dorinței de realizare personală și socială.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Delimitări conceptuale: educație fizică, sport, motricitate	Curs interactiv	2 ore
2. Psihomotricitatea. Etapele dezvoltării psihomotorii	Curs interactiv	2 ore
3. Componentele de bază ale psihomotricității. Conduitele motrice de bază	Curs interactiv	4 ore
4. Componentele de bază ale psihomotricității. Conduitele neuromotrice	Curs interactiv	4 ore
5. Componentele de bază ale psihomotricității. Structuri și conduite perceptiv-motrice	Curs interactiv	4 ore
6. Activitățile de joc în educația psihomotrică	Curs interactiv	4 ore
7. Depistarea, preevaluarea și întocmirea programelor de educație psihomotorie	Curs interactiv	2 ore
8. Educarea și reeducarea psihomotorie	Curs interactiv	2 ore
9. Teste pentru măsurarea nivelului de dezvoltare a psihomotricității	Curs interactiv	4 ore
		Total ore: 28

Bibliografie:

1. Albu, C. & Albu, A. & Vlad, T.L. & Iacob, I. (2006), *Psihomotricitatea*, Editura Institutul European, Iași
2. Bănică, L., (2007), *Psihomotricitate. Psihopatologie. Psihoterapie, Note de curs*, <http://www.scribd.com/doc/146928523/Psihomotricitate-P-P>
3. Bichescu, A.I., (2013), *Sociologia sportului, Note de curs*, Reșița
4. Bichescu, A.I., (2014), *Educație psihomotrică. Educație fizică și metodică predării, Note de curs*, Reșița
5. Dragomir, P., (2007), *Educație Psihomotorie și Didactica Educației Psihomotorii*. Elaborată sub tutela MEC în cadrul Proiectului pentru învățământul rural
6. Epuran, M., (1983), *Psihologia educației fizice*, Vol. I, Reeditare, pentru uzul studenților, Institutul de Educație Fizică și Sport, București
7. Ghițescu, R.,E., *Psihomotricitate – Note de curs*, Reșița, 2020
8. Grosu, E. F., (2009), *Psihomotricitate – suport de curs*, Cluj <http://www.scribd.com/doc/48264954/Psihomotricitatea>
9. Milcu, R.E., (2017), *Strategii de educare psihomotrică a elevilor de 8-10 ani prin mijloace specifice dansului sportive*, Teză de doctorat, UNEFS București

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Cunoașterea colectivului de studenți. Prezentarea cerințelor și a tematicii disciplinei	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
2. Componentele psihomotricității. Factorii perceptivi ai actelor motrice	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2 ore
3. Educație psihomotrică. Structuri de exerciții pentru învățare deprinderilor motrice de bază și utilitar-aplicative	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
4. Educarea psihomotricității în învățământul preșcolar. Exerciții pentru conștientizarea corpului și părților lui, educarea echilibrului	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
5. Educație psihomotrică. Exerciții pentru conștientizarea relațiilor cu ceilalți, pentru conștientizarea spațiului, pentru educarea coordonării	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
6. Educație psihomotrică. Exerciții pentru conștientizarea criteriilor temporale	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
7. Trasee utilitar-aplicative pentru educarea psihomotricității	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2 ore
8. Educarea schemei corporale, educarea în raport cu lumea obiectelor, educarea în raport cu ceilalți	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	1 oră
9. Baterie de teste pentru aprecierea nivelului de dezvoltare a capacității de coordonare. Teste pentru măsurarea capacității de viteză	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2 ore
10. Teste și exerciții ce pot fi folosite sub formă de teste în scopul verificării capacității de coordonare. Teste pentru verificarea preciziei mișcărilor în spațiu. Teste de echilibru.	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2 ore
		Total ore: 14

Bibliografie:

1. Albu, C. & Albu, A. & Vlad, T.L. & Iacob, I. (2006), *Psihomotricitatea*, Editura Institutul European, Iași
2. Bănică, L., (2007), *Psihomotricitate. Psihopatologie. Psihoterapie, Note de curs*, <http://www.scribd.com/doc/146928523/Psihomotricitate-P-P>
3. Bichescu, A.I., (2013), *Sociologia sportului*, Note de curs, Reșița
4. Bichescu, A.I., (2014), *Educație psihomotrică. Educație fizică și metodică predării*, Note de curs, Reșița
5. Cârstea Gh., (2000), *Teoria educației fizice și sportului*, Editura Ad-Na, București
6. Dragomir, P., (2007), *Educație Psihomotorie și Didactica Educației Psihomotorii*. Elaborată sub tutela MEC în cadrul Proiectului pentru învățământul rural
7. Epuran, M., (1983), *Psihologia educației fizice*, Vol. I, Reeditare, pentru uzul studenților, Institutul de Educație Fizică și Sport, București
8. Ghițescu, R.,E., *Psihomotricitate – Note de curs*, Reșița, 2020
9. Grosu, E. F., (2009), *Psihomotricitate – suport de curs*, Cluj <http://www.scribd.com/doc/48264954/Psihomotricitatea>
10. Milcu, R.E., (2017), *Strategii de educare psihomotrică a elevilor de 8-10 ani prin mijloace specifice dansului sportive*, Teză de doctorat, UNEFS București

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

- Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității locale, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Verificarea cunoștințelor teoretice	Examen scris	60%
	Frecvența participării la curs – 30%		10%
10.5 Seminar/laborator	Prezentare referat	Evaluare referat+evaluare pe parcurs	20%
	Frecvența participării la seminar – 30%		10%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea unui pachet minimal de cunoștințe teoretice specifice educației psihomotrice. Prezențe la curs și seminar în proporție de 30%, elaborarea unui portofoliu cu teme date, răspunsuri de nota 5 la examenul teoretic. 			

Data completării

21.04.2022

Semnătura titularului de disciplină

Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu

Semnătura directorului de departament

Conf. univ. dr. Marius Alin Baciu