

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 (ro) | PSIHOMOTRICITATE | | | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana Emanuela | | | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana Emanuela | | | | | | |
| 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. Ghișescu, 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 | Prezentarea portofoliului | Evaluare portofoliu+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. | | | |

Semnătura titularului de disciplină

Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana Emanuela

Semnătura directorului de departament

Conf. univ. dr. Marius Alin Baciu