



MINISTERUL EDUCAȚIEI
UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
 310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR
 Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070
<http://www.uav.ro>; e-mail: rectorat@uav.ro
 Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Anul universitar	2023-2024
1.6. Ciclu de studii	Master
1.7. Specializarea / Programul de studii	Sport și Performanță Motrică
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BmCA1002 Măsurare și evaluare în antrenament și competiții școlare
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Andrei Vasile Liviu
2.3. Asistent	doctor Herlo Julien Narcis
2.4. Anul de studiu	1
2.5. Semestrul	1
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3
3.2. Ore de curs pe săptămână	1
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	42
3.5. Ore de curs pe semestru	14
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	28
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	0

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	0
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	0
3.4.4. Tutoriat	0
3.4.5. Examinări	0
3.4.6. Alte activități ...	0
3.7. Total ore studiu individual	0
3.8. Total ore pe semestru	42
3.9. Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Precondiții de curriculum	Teoria și metodică educației fizice și sportului; Tehnică și metodică pe ramuri sportive; discipline medicale, psihologia educației fizice și sportului
4.2. Precondiții de competențe	Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă

5. Condiții necesare (acolo unde este cazul)

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	Sală curs, videoproiector
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	Sală seminar, videoproiector
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	Cp3. Organizarea și desfășurarea activităților pentru creșterea nivelului pregătirii la diversele categorii de vârstă și sociale, în funcție de solicitări și nevoi, în scopul creșterii și/sau menținerii sănătății persoanei (2 credite) Cp5. Elaborarea, implementarea și evaluarea unor programe de practicare a activităților fizice curriculare și extracurriculare.(2 credite)
6.2. Competențe transversale	Ct1.Organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie (2 credite) Ct3.Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală (1 credit)

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Însușirea cunoștințelor privind conceptul de evaluare. Prezentarea, însușirea și formarea capacității de utilizare a bateriilor de teste folosite în evaluarea aptitudinilor și deprinderilor motrice de baza, utilitar aplicative și specifice unor ramuri de sport.
	Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la dezvoltarea fizică (indici

7.2. Obiectivele specifice	somatici/morfologici și indici funcționali/fiziologici). Prezentarea și aprofundarea cunoștințelor referitoare la îmbunătățirea indicilor motrici. Să mănuiască și să utilizeze corect, și în condiții de siguranță, aparatura pentru măsurare și testare în activitățile fizice
----------------------------------	---

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
1. Conceptul de măsurare și evaluare – caracteristici generale, funcțiile evaluării, tipologia evaluării, conținutul evaluării, criterii de evaluare, metode de evaluare. 2. Importanța măsurării și evaluării în competițiile școlare și antrenamentul școlar. Principalele caracteristici ale dezvoltării fizice și motrice a elevilor la diferite vârste. 3. Măsurare în antrenamentul școlar. Ce măsurăm? Tehnici de măsurare. Date antropometrice. 4. Măsurare în antrenamentul școlar. Deprinderi motrice specifice unor ramuri sportive. 5. Măsurare în antrenamentul școlar. Calități motrice 6. Evaluare în antrenamentul școlar. Procesul de evaluare; periodicitatea evaluării; consemnarea evaluării. 7. Competiții școlare. Fișa de înregistrare (atletism, jocuri sportive). Măsurare și evaluare în selecția sportivă școlară. Criterii de selecție. Formarea echipelor reprezentative.	Prelegerea Explicatia	Fiecare temă de curs are alocate 2 ore
8.2 Bibliografie Curs 1. Galea, I., Note de curs ediție revizuită, 2020; 2. G. Gregory Haff, Charles Dumke (2012), Laboratory Manual for Exercise Physiology, Human Kinetics, IL, USA; 3. James R. Morrow, JR., Allen W. Jackson, James G. Disch, Dale P. Mood (2005), Measurement and Evaluation in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA; 4. Michael P. Reiman, Robert C. Manske(2009), Functional Testing in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA.		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
1. Măsurători antropometrice. Talie, greutate, indice de masă corporală, diametre, perimetre. 2. Rezistența cardiovasculară. Harvard Step Test. Home Step Test. Testul Cooper. 3. Agilitate. Slalom Test. Testul Hexagonului. 4. FitnessGram Test 5. Teste pentru viteză și forță 6. Alte teste funcționale: Deep Neck Flexor Test, Star Excursion Balance Test, Shoulder Mobility Assesment 7. Teste dinamometrice	Descriere si exemplificare Lucrul în grup	Fiecare temă de seminar are alocate 4 ore
8.4 Bibliografie Seminar 1. Galea, I., Note de curs ediție revizuită, 2020; 2. G. Gregory Haff, Charles Dumke (2012), Laboratory Manual for Exercise Physiology, Human Kinetics, IL, USA; 3. James R. Morrow, JR., Allen W. Jackson, James G. Disch, Dale P. Mood (2005), Measurement and Evaluation in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA; 4. Michael P. Reiman, Robert C. Manske(2009), Functional Testing in Human Performance, Human Kinetics, IL, USA.		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
8.6 Bibliografie Laborator		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei (acolo unde este cazul)

Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter practic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul activităților motrice curriculare și extracurriculare, încadrabili la nivelul ciclului primar, gimnazial și liceal. Conținuturile disciplinei răspund exigențelor solicitate de unitățile școlare, asociații și cluburi sportive de stat și particulare.

10. Evaluare (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	Rezolvarea de itemi în cadrul evaluării finale	Evaluare scrisă	60%
10.2. Seminar	Aplicații practice	Evaluare practică	40%
10.3. Laborator			
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță Nota 5 - să determine nivelul de creștere și dezvoltare pe un grup de subiecți - susținerea examenului scris este condiționat de obținerea notei 5 la evaluarea practică			

Titular	Asistent	DIRECTOR DEPARTAMENT	DECAN
doctor Andrei Vasile Liviu	doctor Herlo Julien Narcis	Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu	Prof. univ. dr. Vasile Liviu ANDREI