UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE

PROGRAMUL DE STUDII

TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE

Ciclul II (MASTERAT), 120 credite

CATALOGUL CURSURILOR

în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 15 ianuarie 2019,

număr de înregistrare ISM-01-18664

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Epistemologia şi metodologia cercetării**					
Titularul cursului		**Carp Ivan**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.01.O.01	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe Semestru**		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Natație şi Turism	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra-tmcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	20	12	8	110

Nota de prezentare	Disciplina de studii „Epistemologia şi metodologia cercetării” este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultăţii de Pedagogie a Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport. Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ şi prescriptiv, vizînd dimensiunea funcţională, structurală şi operaţională a procesului de învăţămînt, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării pedagogice în domeniul culturii fizice şi sportului, vizînd practica investigaţională şi educaţională Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ: a) formarea unei personalităţi multilateral dezvoltate şi creative, pregătirea, perfecţionarea şi recalificarea la nivel superior a specialiştilor şi cadrelor ştiinţifice în diverse domenii; b) realizarea aspiraţiilor, personalităţii de a-şi aprofunda şi extinde studiile; c) promovarea cercetărilor ştiinţifice şi implementarea rezultatelor ei; d) păstrarea, îmbogăţirea şi propagarea patrimoniului ştiinţific, artistic şi cultural. La realizarea acestor obiective o contribuţie valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competenţelor de cercetare la masteranz menite să corespundă indicilor calitativi şi cantitativi. Conţinuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru şi a celor de referinţă, fiind structurate în baza principiilor cronologic şi tematic. Sugestiile metodologice şi strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învăţare-evaluare a cunoştinţelor, competenţelor şi dezvoltarea atitudinilor pozitive.

	În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fizice.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** * Formarea şi dezvoltarea unui sistem de competenţe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru toate subsistemele culturii fizice (educația fizică de bază, sport, recreație, recuperare); * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităţilor de dezvoltare a domeniului educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigaţională din domeniul culturii fizice și sportului. **Competenţe transversale:** * Gestionarea informaţiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei culturii fizice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserţiei şi adaptabilităţii la cerinţele pieţei muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce priveşte cercetarea în domeniul culturii fizice.
Finalități și performanțe la curs/modul	**La nivel de cunoaştere:** * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. * cunoașterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. *să cunoască aspectele politicii investiţionale în domeniul teoriei culturii fizice. **La nivel de înţelegere şi aplicare:** * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. *să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul culturii fizice și sportului, celor kinetoterapeutice de recuperare în cadrul clinicilor de reabilitare etc. * să aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. **La nivel de integrare:** * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; * să poată găsi legăturile dintre cererea şi oferta de cercetare în domeniul culturii fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației; *să aplice cunoştinţele teoretice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea profesorului. * să respecte metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională ,,educațe fizică, sport, kinetoterapie și recreație,,

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Epistemologia – teoria cunoaşterii ştiinţifice (ramură a metaştiinţei)	12	2	1		9
	2	Domeniul cunoaşterii ştiinţifice	12	2	1		9
	3	Gîndirea în activitatea de cercetare	16	2	1	1	12

<table>
<tr><td rowspan="11">Tematica și repartizarea orelor la curs</td><td></td><td>ştiinţifică</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>4</td><td>Tipologiile şi clasificarea ştiinţelor umane</td><td>12</td><td>2</td><td>1</td><td></td><td>9</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Epistemologia cercetării ştiinţifice</td><td>12</td><td>2</td><td>1</td><td></td><td>9</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Epistemologia cercetării ştiinţifice in cadrul teoriei activităţilor motrice</td><td>18</td><td>2</td><td>1</td><td>1</td><td>14</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Premise metodologice cu privire la logica desfăşurării cercetărilor în domeniul culturii fizice</td><td>18</td><td>2</td><td>1</td><td>`1</td><td>12</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Activitatea de cercetare ştiinţifică şi metodică în domeniul culturii fizice şi sportului</td><td>18</td><td>2</td><td>1</td><td>1</td><td>14</td></tr>
<tr><td>9</td><td>Tehnologia elaborării tezei de masterat.</td><td>24</td><td>2</td><td>2</td><td>4</td><td>16</td></tr>
<tr><td></td><td>10</td><td>Deontologia cercetării ştiinţifice</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td></td><td>6</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="7">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecţii practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.
Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</td></tr>
<tr><td>Strategii de evaluare</td><td colspan="7">Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</td><td colspan="6">Nota finală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td colspan="6">Nota pentru evaluarea finală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td colspan="6">Nota evaluarea curentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td colspan="6">Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td colspan="6">Nota lucrul individual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referințe</td><td colspan="7">1. Gagea A. Tratat de cercetare ştiinţifică în educaţie fizică şi sport/-Bucureşti:</td></tr>
</table>

bibliografice	Discobolul, 2010.- 665 p. 2. Guţu Vl., Integrarea ştiinţei şi învăţământului superior. Concepţii. Orientări. Strategii, Chişinău, CEP USM, 2007, 164 p. 3. Budevici A., Dorgan V. Repere epistemologice moderne/-Ch. : Valinex SA, 2009. 234 P. 4. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării ştiinţifice/- Iaşi, Polirom, 2005. – 420 p. 5. Epuran M. Metodologia cercetării activităţilor corporale / - Ed. 2-a.- Bucureşti: Fest, 2005. 420 p. 6. Rateau Patrick : Metodele şi statisticile, experimentele în ştiinţele umane, 1998, Bucureşti, 268 p. 7. Rotariu, T., Iluţ P.: *Ancheta sociologică şi sondajul de opinie*, Ed. Polirom, Iaşi, 1997 8. Popper, Karl, R.: *Logica cercetării*, Ed. Ştiinţifică şi Enciclopedică, Bucureşti, 1981 9. Durkheim Emile . Formele elementare ale vieţii religioase, Polirom, Iaşi, 1995, pag.380-408 10. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgovişte, 2011. 384 p. 11. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и обществ – Омск, 2003. 12. Carp I. Pregătirea specialiştilor din domeniul culturii fizice şi sportului pent activitatea de cercetare ştiinţifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p. 13. Moscovici C. Buschini F. : "Metodologia Ştiinţelor socio - umane", Bucure 2006 14. Papuc L. Epistemologioa şi praxiologia curriculumului pedagogic universit Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală", 2005. 207 p. 15. Ţapoc V., Capcelea V. Cercetarea ştiinţifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p. 16. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании/ «Физкуль тура и спорт» Москва,1988. – 269с. 17. Barciucov I.S. Metodî naucnîh issledobanii v turizme :uceb. Posobie dlea vuzob.-M.: Izdateliscii ţentr ,,Academia,, ,2008.-224c. 18. Введение в научное исследование по педагогике: Учеб. пособие для студентов пел. нн-тов/Ю.К. Бабанский, В.И. Журавлев, В.К. Розов и др.; Под ред. В.И. Журавлева. - М.: Просвещение, 1988. 19. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, II. В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005. 20. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002. 21. Матвеев Jl.l I. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.-544 с.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.01.O.02	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra_ btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**20**	**14**	**6**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., şi prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competențelor integrative – gnostice, operaționale și valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale și socioculturale complexe ale societăţii actuale.

În context conceptual programa disciplinei ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** vizează formarea şi htrfrcționfrea unui sistem de competenţe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităţilor profesionale și de cercetare în calitate de profesor de educație fizică, antrenori de sport, specialiști în domeniile recreației și reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări ştiințifice.

Disciplina de studii ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţilor de Pedagogie și de Sport ale Universităţii de Stat de Educaţie Fizică și Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** vizează soluționarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor învăţare,

	instruire şi educare. - Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul instruirii acţiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare şi din esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale:*** 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea bazelor medico-biologice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 7. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoaşterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalităţii. 9. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățământului de cultură fizică, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului educațional. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţământului de cultură fizică – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de legităţile învăţării acţiunilor motrice. 8. Posedarea principiilor şi metodelor educaționale în desfăşurarea activităţilor didactice din cadrul învățământului de cultură fizică.

	În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei ***„Bazele teoretico-metodologice ale învăţământului de cultură fizică”*** se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1.** ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului: 1. ***Competenţa conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2. ***Competenţa instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3. ***Competenţa integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4. ***Competenţa contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5. ***Competenţa adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalități*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:***

<table>
<tr><td></td><td colspan="7">- Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor.
- Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale.
- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fzice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil.
La nivel de integrare:
- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.
- Aptitudini şi competenţe în metodologia şi etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, ”Sport”, ”Recreație” și ”Reabilitare”.</td></tr>
<tr><td rowspan="11">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Disciplina ” Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” +ca obiect de abordare științifică și de studiu.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Cultura fizică – sistemul pedagogic primordial și integral în apariția, formarea și dezvoltarea ființei/personalității umane.</td><td>26</td><td>4</td><td>4</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Transpoziția științei şi transformaţia tejriei culnurii fizice ca factori de construire a conceptului general al învăţământului de cultură fizică.</td><td>34</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td><td>26</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Construcţia învăţământului de cultură fizică sub aspectul sistemelor pedagogice „Joc”, „Gimnastica”, „Sport”, „Recreaţia”.</td><td>24</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Conceptul teoretico-analitic al constructului ”Învățământul de cultură fizică”</td><td>14</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>10</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Construcția generală conceptuală orientativă a învățământului de cultură fizică.</td><td>14</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>10</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei învățământului de cultură fizică.</td><td>14</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul eucațional al învățământului de culturăfizică.</td><td>8</td><td></td><td></td><td>2</td><td>6</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>14</td><td>6</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="7">Componentele de bază ale programei la disciplina „Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general şi special educaţie fizică, sport, reabilitare și rectreație. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul formațiunei profesionale integrative.</td></tr>
</table>

	Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum: - elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre învăţarea prin cooperare, învăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţământ se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***„Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică”*** vor fi aplicate: - ***evaluarea pregătirii teoretice generale*** – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” ; - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competențelor operaționale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică. Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.*

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</td><td>Nota finală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Nota pentru evaluarea finală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Nota evaluarea curentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota lucrul individual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referinţe bibliografice</td><td colspan="2">

1. Babanskii Iu. K. Optimizarea procesului de învăţământ. – Bucureşti: Didactica şi Pedagogica, 1986.
2. Dumitriu Gh. Comunicare şi învăţare. - Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1998.
3. Nicolo, Gr. Potenţialul creativ în profesia didactică, în Competenţa didactică, Perspectivă psihologică (coord. Stroe Marcus), Bucureşti, Editura ALL Educational, 1999
4. Papuc L. Epistemologioa şi praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005.
5. Salde, D. Competenţă, performanţă, competiţie, în Revista de pedagogie, nr. 1, 1990
6. Stoica M. Psihopedagogia personalităţii.- Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1996.
7. Stoica M. Pedagogie şi psihologie – pentru examenele de definitivare şi grade didactice. – Craiova: Gh. Alexandru, 2002.
8. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания // Избр. психол. тр.: В 2-х т.т. – М.: Педагогика, 1980. –Т-1.
9. Андреев Ю.М. Двигательная деятельность как объект системного анализа теории физической культуры // Теория и практика физической культуры. – М., 2001. - №11.
10. В.П. Беспалько. Слогаемые педагогические технологии. – М.: Педагогика, 1989.
11. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем). – Омск, 2003.
12. Гершунский Б.С. Педагогическая прогностика. – Киев, 1986.
13. Данаил С. Современные проблемы физкультурного образования в контексте разработок теории деятельности и личности // Ştiinţa culturii fizice. – Nr.4. – Chişinău: INEFS, 2006.
14. Клингберг Л. Проблемы теории обучения.– М.: Педагогика, 1984.
15. Пономарев Н.А. Социология физической культуры: Учеб.пособие. –

</td></tr>
</table>

	СПб.: ГАФК, 1998.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Teoria învățării acțiunilor motrice**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.02.O.03	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**20**	**12**	**8**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina „***Teoria învăţării acţiunilor motrice***” are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competențelor integrative – gnostice, operaționale și valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale și socioculturale complexe ale societăţii actuale şi ulterioare.

În context conceptual programa disciplinei ***„Teoria învăţării acţiunilor motrice”*** vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competenţe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de profesor de educație fizică, antrenori de sport, specialiști în domeniile recreației și reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.

Disciplina de studii ***„Teoria învăţării acţiunilor motrice*** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţilor de Pedagogie și de Sport ale Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „***Teoria învăţării acţiunilor motrice***” vizează soluționarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor învăţare, instruire şi educare.

	- Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul instruirii acţiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice şi esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.
Competenţe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului „***Teoria învăţării acţiunilor motrice*”** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale:*** 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea bazelor medico-biologice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 7. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare. 8. Cunoaşterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalităţii. 9. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învăţării acţiunilor motrice strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţământului de cultură fizică – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Determinarea etapelor de învăţare a acţiunilor motrice în dependenţă de formarea bazei orientative a acţiunii şi punctelor de sprijin de bază. 8. Eficientizarea procesului instuctiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de legităţile învăţării acţiunilor motrice. 9. Posedarea principiilor şi metodelor de învăţare a acţiunii motrice în desfăşurarea activităţilor instructiv-educative.

	În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei „***Teoria învăţării acţiunilor motrice***” se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1.** ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activităţii profesionale a specialistului: 1. ***Competenţa conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2. ***Competenţa instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3.***Competenţa integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4.***Competenţa contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5.***Competenţa adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalităţi şi performanţe la	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalităţi*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor ştiinţifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educaţiei fizice, sportului, recreaţiei și recuperării. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:*** - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor.

<table>
<tr><td>curs/modul</td><td>- Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale.
- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fzice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil.
La nivel de integrare:
- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.
- Aptitudini şi competenţe în metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, ”Sport”, ”Recreație” și ”Reabilitare”.</td></tr>
<tr><td>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td>
<table>
<tr><th rowspan="2">N/o</th><th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th><th colspan="5">Numărul de ore</th></tr>
<tr><th>Total</th><th>Curs</th><th>Seminar</th><th></th><th>LI</th></tr>
<tr><td>1</td><td>Disciplina ”Teoria învățării acțiunilor motrice”ca obiect de abordare științifică și de studiu.</td><td>22</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td>16</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Bazele metodologice ale teoriei învățării-instruirii-educării acțiunii motrice</td><td>20</td><td>2</td><td>2</td><td>1</td><td>16</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.</td><td>17</td><td>2</td><td></td><td>1</td><td>14</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.</td><td>21</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>14</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare.</td><td>20</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>14</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a uneia activități în alta ca baza instruirii pentru însușirea sarcinii motrice.</td><td>19</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>14</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei activităţilor motrice.</td><td>19</td><td>2</td><td>2</td><td>1</td><td>14</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul eucațional al activității motrice.</td><td>12</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>8</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td>Componentele de bază ale programei la disciplina ”Teoria învățării acțiunilor motrice” sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general şi special educaţie fizică, sport, kinetoterapie și rectreație. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul calității integrative.
Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum:</td></tr>
</table>

	- elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea invăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre invăţarea prin cooperare, invăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţămint se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei ***”Teoria învățării acțiunilor motrice”*** îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***”Teoria învățării acțiunilor motrice”*** vor fi aplicate: - evaluarea pregătirii teoretice generale – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei ***”Teoria învățării acțiunilor motrice”;*** - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competențelor operaționale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică. Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea inițială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două*

	lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. ***Evaluarea finală*** sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	1. Babanski Iu. *K.* Optimizarea procesului de învăţământ. – Bucureşti: Didactica şi Pedagogica, 1986. 2. Baciu C. Anatomia funcţională şi biomecanica aparatului locomotor. – Bucureşti: Sport-Turism, 1977. 3. Demeter A. Bazele fiziologice şi biochimice ale formării deprinderilor motrice. – Bucureşti: Sport-Turism, 1982. 4. Dragnea A. Teoria activităţilor motrice. – Bucureşti, 1999. 5. Epuran M. Psihologia educaţiei fizice. - Bucureşti: Sport Turism, 1976. 6. Epuran M. Învăţarea motrică. - Oradea: Editura Universităţii, 20027. 7. Epuran M. Metodologia cercetării activităţilor corporale / - Ed. 2-a.- Bucureşti: Fest, 2005. 8. Papuc L. Epistemologioa şi praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 9. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor şi problemele teoretice ale psihologiei. Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - Bucureşti: 1961. 10. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - Bucureşti: Ştiinţifică, 1971. 11. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. – М.: Педагогика, 1980. 12. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – В кн.: П.К. Анохин. Избранные труды. – М., 1978. 13. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. –М.: Педагогика, 1989. 14. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собрание сочинений в 6-ти т. – М.: Педагогика, 1983. – Т. 3. – С. 6-328. 15. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985. 16. Волков. Б. С. Методология и .методы психологического исследования / Б. 17.Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. – Омск, 2003. 18. Гальперин П.Е. Типы ориентировки и типы формирования действий и понятий. – М., 1958. 19. Бернштейн Н. А. О построении движений. – М.: Медгиз, 1947. 20. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. – М., 1979. 21. Бернштейн Н. А.Очерки по физиологии движений и физиологии активностию – М.: Медицина, 1966. 22. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.	

	23. Зимкин Н.В. Двигательный навык. – М., 1970. 24. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М.: ИПЛ, 1977. 25. Мазниченко В.Д. Двигательные навыки в спорте. – Малаховка: МОГИФК, 1981. 26. Матвеев Jl.l I. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. 27. Управление движениями / Под ред. А.А. Митькин, Г. Пик. – М.: Наука, 1990.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Acmeologia și deontologia activității profesionale**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.01.O.04	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**20**	**14**	**6**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., şi prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competențelor integrative – gnostice, operaționale și valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activitățile profesionale și socioculturale complexe ale societăţii actuale.

În context conceptual programa disciplinei ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** vizează formarea şi perfecționfrea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și de cercetare în calitate de profesor de educație fizică, antrenori de sport, specialiști în domeniile recreației și reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.

Disciplina de studii ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** vizează soluționarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor Fctivitatea profesională, Competențe profesionale, Acmeologie, Deontologie, Măiestrie

	pedagogică, Tactul pedagogic, Instrumentarea pedagogică, Etica profesională. - Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul de formare a competențelor profesionale pedagogice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei acmeologice și deontologice în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare şi din esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice ale disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale:*** 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 7. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoaşterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalităţii. 9. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățământului profesional de cultură fizică orientat spre formarea competențelor ale specialistului din domeniu. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice şi psihosociale în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fizice orientate spre contextul competențional profesional al personalităşii 5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţământului de cultură fizică – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de paradigmele acmejlogice și deontologice. 8. Posedarea principiilor şi metodelor educaționale în aspect acmeologic pentru desfăşurarea activităţilor didactice din cadrul învățământului de cultură fizică. În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei ***„Acmeologia și deontologia***

	activității profesionale” se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1.** ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului: 1.***Competența conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2.***Competența instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3.***Competența integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4.***Competența contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5.***Competența adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalități*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor acmeologice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare ce țin de activitatea profesională a specialistului în aspect acmejlogic și deontologic în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:*** - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare

<table>
<tr><td></td><td colspan="6">prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor.
- Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale.
- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor acmejlogice și deontologice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fzice recreative și de recuperare din cadrul instituțiilor similare de profil.
La nivel de integrare:
- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.
- Aptitudini şi competenţe în metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, ”Sport”, ”Recreație” și ”Reabilitare”.</td></tr>
<tr><td rowspan="11">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Disciplina ”Acmeologia și deontologia activității profesionale„ ca obiect de abordare științifică și de studiu.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Bazele teoretico-metodologice fundamentale ale activității profesionale pedagogice.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Specificul activitatății profesionale pedagogice a specialistului de cultură fizică în contextul componentelor structurale categoriale ale construcției educaționale generale a culturii fizice.</td><td>28</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td><td>20</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Competențele categoriale/fundamentale profesionale pedagogice ale activităţii specialistului în domeniul culturii fizice.</td><td>18</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Componentele/competențele structurale specifice de bază ale activității profesionale pedagogice a specialistului de cultură fizică.</td><td>14</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>10</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Bazele teoretico-metodologice ale formării competenţelor profesionale pedagogice ale profesorului de educaţie fizică.</td><td>26</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>20</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Măiestria/acmeologia și deontologia profesională pedagogică a specialistului de educaţie fizică.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Metodologia abordării ştiinţifice a activității profesionale pedagogice a specialistului din domeniul învățământului de cultură.</td><td>16</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>14</td><td>6</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="6">Componentele de bază ale programei la disciplina „Acmeologia și deontologia activității profesionale” sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient</td></tr>
</table>

	cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general şi special educaţie fizică, sport, reabilitare și rectreație. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competenţe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul formațiunei profesionale integrative. Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum: - elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre învăţarea prin cooperare, învăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţământ se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***„Acmeologia și deontologia activității profesionale”*** vor fi aplicate: - ***evaluarea pregătirii teoretice generale*** – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei„Acmeologia și deontologia activității profesionale”; - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competențelor operaționale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">practică.
Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</td><td>Nota finală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Nota pentru evaluarea finală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Nota evaluarea curentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota lucrul individual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referinţe bibliografice</td><td colspan="2">
1. Aftimiciuc O. Bazele pedagogice ale activităţii profesionale a profesorului de educaţie fizică. Programa (pentru Masterat). – Chişinău: INEFS, 2003.
2. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învăţământ. – Bucureşti: Didactica şi Pedagogica, 1986.
3. Dumitriu Gh. Comunicare şi învăţare. - Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1998.
3.Epuran M. Metodologia cercetării activităţilor corporale / - Ed. 2-a.-Bucureşti: Fest, 2005.
4. Marcus S. Competenţa didactică. - Bucureşti: All Educaţional, 1999.
5. Raicu M. Formarea priceperilor activităţii didactice integrative la studenţii facultăţilor de educaţie fizică şi sport în cadrul disciplinei "Educaţia ritmico-muzicală". – Chişinău, 2002.
6. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor şi problemele teoretice ale psihologiei. // Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - Bucureşti: 1961.
7. Афтимичук О . Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры. Дис. … д-а пед. наук. – Кишинев, 1998.
8. Гальперин П.Е. Типы ориентировки и типы формирования действий и понятий. – М., 1958.
9. Данаил С. Методика подготовки студентов ф-тов физического воспитания к коммуникативной дидактической деятельности.– Л.: ГДОИФК, 1989.
10. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера / Предисл. Н.В.Кузьминой, А.Н.Пуни, А.В.Тарасова. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
11. Зязюн И. А., Кривонос И. Ф., Тарасевич Н. Н. и др. Основы педагогического мастерства: Учеб. пособ. для спец. высш. учеб. заведений / Под ред. И. А. Зязюна. – М.: Просвещение, 1989.
12. Кан-Калик В. А., Никандров Н. Д. Педагогическое творчество. – М.: Педагогика, 1990.
</td></tr>
</table>

	13. Каргополов В.Н. Социальная модель деятельности преподавателя по физической культуре и спорту. Л., 1985. 14. Клинберг Л. Проблемы теории обучения: Пер. с нем. – М.: Педагогика, 1984. 15. Моторин К. М. Анализ особенностей профессиональной деятельности учителя физической культуры. – Л., 1980.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		***Bazele teoretico – metodologice ale culturii fizice recreative şi de recuperare***					
Titularul cursului		**Braniște Gheorghe**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.01.O.05	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Natație şi Turism	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	20	12	8	-

Nota de prezentare	Ca disciplină instructivă ***Bazele teoretico – metodologice ale culturii fizice recreative şi de recuperare*** se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil fundamental, care asigură pregătirea multilaterală a studenţilor programului de master TMCF cu cunoştinţe teoretico-metodice şi deprinderi practice pentru activitatea profesională ulterioară. Însuşirea acestui obiect va contribuie la formarea unor cunoştinţe speciale de specialitate ce ţin de cunoaşterea principiilor şi metodicii de organizare şi desfăşurare a activităţilor recreative şi de recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenţilor masteranzi etc. Acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul culturii fizice să îmbine Cultura fizică recreativă şi de recuperare cu celelalte laturi ale educaţiei generale şi ale domeniilor de loisir, medico – biologice, medicinii să generalizeze experienţa specialiştilor novatori, să însuşească conceptele teoretico - ştiinţifice ale activităţilor recreative şi de recuperare, să elaboreze noi căi de perfecţionare a procesului recreativ şi recuperator, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode şi forme de practicare a exerciţiilor fizice cu persoane de diferite vârste care implică realizarea a diferitor obiective proprii.
	Competenţe profesionale: • aplicarea noțiunilor privind proiectarea și planificarea în activităţile de loisir/ fitness și de recuperare; • analizarea cantitativă, calitativă şi interpretarea documentelor de planificare în unităţile cu profil recreativ și de recuperare; • elaborarea documentelor de planificare şi evidenţă potrivit didacticii activităților recreative și de recuperare pentru persoane cu diferite categorii de vârste și tipuri de afecțiuni;

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	• administrarea efortului fizic în lecția de recreație și recuperare, curriculumului integrat şi a mediului de instruire şi învăţare, cu accent interdisciplinar despre cunoștințele de specialitate ce vizează fiziologia efortului fizic; • aplicarea metodologiei generale de organizare şi desfăşurare a procesului instructiv-educativ specific activităţilor de loisir/ fitness și recuperare în funcție de vârstă și afecțiune; • identificarea și utilizarea modelelor specifice procesul de predare-învăţare pe baza definirii şi utilizării principiilor de bază ale lecţiilor şi conducerii activităţilor de loisir /fitness și recuperare; • conceperea, selectarea şi aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerinţele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităţilor practicanţilor / pacienților implicați în activitățile de loisir/ fitness și recuperare; • utilizarea unor sisteme de mijloace specifice educaţiei fizice şi sportive, programelor de loisir/ fitness și recuperare precum și a activităţilor extracurriculare cu specific asanativ recuperator; • elaborarea unui program curricular de bună practică armonizat cu cele de peste hotare; • aplicarea tehnicilor şi metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecţiilor şi activităţilor de loisir/fitness și recuperare. **Competenţe transversale:** • utilizarea sistemelor operaționale specifice activităților recreative și de recuperare, pe grupe de vârstă și tipuri de afecțiuni; • abordarea procesuală a motricităţii specifice mijloacelor loisir-ului / fitness-ului și recuperării, prin folosirea legilor reabilitării, creşterii şi dezvoltării/perfecţionării fizice pentru optimizarea capacităţii biomotrice; • asimilarea noțiunilor de bază referitoare la evaluarea nivelului de restabilire, dezvoltare și pregătire a practicanţiloractivităţilor recreative și de recuperare; • realizarea și utilizarea unor probe de control corelate cu competențele necesare loisir-ului/ fitness-ului și recuperării; • utilizarea elementelor de management şi marketing specifice activității de recreație și recuperare; • utilizarea metodelor de management in activitățile de loisir/ fitness și recuperare (asociațiile sportive școlare, cluburi de fitness, centrelor de recuperare, managementul grupelor specializate şi voluntari); • exercitarea rolurilor profesionale conferite de finalitatea programului de studii, din perspectiva formării manageriale.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele **finalități :** • cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare; • cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării; • capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; • capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale; • capacitatea de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul recreației, celor kinetoterapeutice de recuperare în cadrul clinicilor de reabilitare, spitalelor, sanatoriilor, centrelor de fitness,instituții de recreare etc; • abilitați de comunicare într-un limbaj științific argumentat privind formarea capacității de luare a deciziilor după evaluarea funcțională a subiectului privind aplicarea tehnologiilor moderne de cercetare;

	• aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor ştiinţifice în domeniile de recreare si recuperare cu aplicarea metodelor statisticii matematice , tehnologiilor informaționale moderne;aptitudini de aplicare a metodologiei și eticii cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „EDUCAȚIE FIZICĂ, SPORT, RECREAȚIE ȘI REABILITARE”.						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	**N/o**	**Conținuturile unității de curs/modul**	**Numărul de ore**				
			Total	**Curs**	**Seminar**	**L/P**	**LI**
	1	**BAZELE CONCEPTUALE TEORETICO-METODICE ALE CULTURII FIZICE RECREATIVE**	6	2			4
	1.1	Principiile metodice şi specifice culturii fizice recreative	6		2		4
	2	**SISTEMUL DE MIJLOACE APLICATE ÎN CULTURA FIZICĂ RECREATIVĂ**	6	2			4
	2.1	Formele de organizare şi practicare a culturii fizice recreativ-asanative	2			2	
	2.2	Periodizarea, planificarea şi evidenţa procesului de antrenament condiţionat.	9	2			7
	3	**INTERLEGĂTURA DINTRE SĂNĂTATE, CONDIŢIA FIZICĂ ŞI EXERCIŢIUL FIZIC.**	6		2		4
	3.1	Aspecte ale pregătirii fizice, raţia alimentară, sportul şi modul sănătos de viaţă	4				4
	4	**RELAŢIA DINTRE EXERCIŢIUL FIZIC SĂNĂTATE ŞI CONDIŢIE FIZICĂ**	8	2			6
	4.1	Metodica cultura fizice recreative la diferit contingente de persoane.	6			2	4
	4.2	Metodica culturii fizice recreative cu persoanele mature şi în etate.	4				4
	5	**TENDINȚE MODERNE DE PRACTICARE A SISTEMELOR DE EXERCIȚII CU CARACTER DE RECREERE ȘI ASANARE**	6	2			4
	5.1	Factorii care influențează performanţa	4		2		2
	5.2	Metodologia culturii fizice adaptive	4				4
	6.	**NOȚIUNILE DE BAZĂ, SCOPUL, OBIECTIVELE ŞI STRUCTURA CFR**	2	2			
	6.1	Noțiunile de bază, obiectivele și structura CFR	2				2
	6.2	Indicaţiile şi contraindicaţiile aplicării CFR	2				2
	6.3	Mecanismele clinico-fiziologice de bază a acţiunii de tratare şi recuperare a exerciţiilor fizice	4		2		2
	6.4	Mecanismele de formare a compensaţiilor; Mecanismele de normalizare a funcţiilor	2				2
	6.5	Apariţia şi evoluţia CFR	2				2
	6.6	Răspândirea exerciţiilor fizice în Epoca Antică.	2				2

	6.7	Conceptul reabilitării bolnavilor şi persoanelor cu handicap; Dezvoltarea CFR în fosta URSS	2				2
	7	**PLANIFICAREA ŞI PROIECTAREA ÎN CFR**	2	2			
	7.1	Conceptul de proiectare didactică în CFR; Tipologia proiectării didactice - recuperatorie	3			1	2
	7.2	Proiectarea lecției de recuperare; Algoritmul formării competențelor de proiectare a lecțiilor de recuperare	3			1	2
	8	**PRINCIPIILE PEDAGOGICO-DIDACTICE DE BAZĂ**	2	2			
	8.1	Principiile pedagogico-didactice de bază ale CFR	3		1		2
	8.2	Principiile recuperării metodice şi fizice; Structurarea procesului de recuperare	2				2
	9.	**MIJLOACELE DE BAZĂ ALE CFR**	2	2			
	9.1	Mijloacele CFR aplicate în procesul de tratare și recuperare a bolilor, traumelor, afecțiunilor etc.	4				4
	9.2	Modalități de descriere a exercițiilor fizice de recuperare	4				4
	9.3	Conținutul și forma exerciţiilor fizice de recuperare	3				3
	9.4	Clasificarea exerciţiilor fizice de recuperare	2			2	
	9.5	Exerciţii de întremare generală şi speciale. Indicii clasificării exerciţiilor fizice.	2				2
	9.6	Exerciţii sportiv-aplicative. Exerciţii de transmitere a impulsurilor.	2				2
	9.7	Caracteristica energetică a exerciţiilor fizice.	4				4
	10	**CERINŢELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCIȚIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE**	2	2			
	10.1	Modalităţi de dozare ale efortului fizic în desfăşurarea şedinţelor de CFR	3		1		2
	10.2	Metodici de instruire în dozarea exerciţiilor fizice; Intensitatea exerciţiilor fizice	4				4
	10.3	Formele și metodele de bază ale CFR	2		2		
	10.4	Gimnastica igienică de dimineaţă. Executarea efortului acţional.	4				4
	10.5	Lecția (Ședința) de recuperare. Metodica de desfăşurare a şedinţelor de recuperare.	4				4
	10.6	Practicarea independentă a exerciţiilor fizice. Forme de cultură fizică asanativă în masă.	2				2
		Total	150	20	12	8	110
Strategii de predare& învăţare în cadrul cursului/modulului		Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul, laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile					

<table>
<tr><td></td><td>practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.
• Elaborarea şi prezentarea comunicărilor scrise cu conţinut istoric referitor la un fenomenul de recreare și restabilire
• Elaborarea comunicărilor ştiinţifice bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică.
• Organizarea conferinţelor ştiinţifice privind anumite evenimente specifice educaţiei fizice, sportului, kinetoterapiei şi recreaţiei;
• Elaborarea unor miniproiecte privind perfecţionarea şi valorificarea fenomenului de recreare și restabilire;
• Organizarea şi participarea la discuţii, mese rotunde sau conferinţe cu studenţii masteranzi din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice, sportulu, recreației și recuperării;
• Participarea la acţiuni de voluntariat în instituţiile specializate cu care colaborează USEFS.</td></tr>
<tr><td>Strategii de evaluare</td><td>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează le începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi testări ale pregătirii tehnice individuale, cu scopul de a cunoaşte în ce măsură obiectivele au fost atinse.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</td><td>Nota finală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Nota pentru evaluarea finală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Nota evaluarea curentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota lucrul individual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referinţe bibliografice</td><td>1. Бусуйок С.Л., Браниште Г.С., Дорган В.П., Побурный П.В. Основы теории и методики спортивной тренировки. Учебное пособие. Кишинэу: Б.и., 2019 (Tipogr. ”Valinex”). 493 p. ISBN 978-9975-68-379-1
2. Dorgan V., Branişte G., Busuioc S., Poburnîi P. Bazele teoriei și metodicii sportului. București: Editura Discobolul, 2021. 423 p. ISBN 978-606-798-135-3
3. Dorgan V., Branişte G. Teoria sportului și competiției. Galați: Galati University Press, 2021. 219 p. ISBN 978-606-696-217-9
4. Cristea, Călin; Lozincă, Izabela – Principiii de kinetoterapie recuperatorie la varsta a treia, Editura UniversitĂŃii din Oradea, 1999
5. Serbescu, Carmen – Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice, Ed. UniversitĂŃii din Oradea, 2000
6. Selby, Anna - Pilates for pregnancy. Gentle and effective techniques for before and after birth, Thorsons – An Imprint of HarperCollinsPublishers, 2002
7. Sbenghe, Tudor - Kinesiologie, stiința mișcării, Ed. Medicală, Bucuresti, 2002</td></tr>
</table>

8. Warburton, D. E., et al. (2001). "The effects of changes in musculoskeletal fitness on health." Can J Appl Physiol 26(2): 161-216.
9. Alexe, N.,şi colab. (1974) – Terminologia Educaţiei Fizice şi a Sportului, Editura Stadion.
10. Andersen, A., P., (2004) – Limbajul trupului, trad. după The complete idiot'sGuideto Body Language, printed in Bulgaria, distrubuţie în România prin Editura Teora, bucureşti, ISBN 978- 1- 59496 - 103 – 8
11. Boboş, Cecilia; Tache Simona şi colab.(2006) – Effects of vitamins A, E, and C suplementations on oxidant/antioxidant balance in exercise, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizaţieşi Sport, An VII, nr.3, (25), Septembrie 2006, pg 34 – 38
12. Barteck O. (1999) – All Around Fitness. *Könemann*.
13. Bompa, O., T., (2001) – Teoria şi metodologia, Periodizarea antrenamentului sportiv, Ediţia a 4 a, Ministerul Tineretului şi Sportului, Şcoala Naţională de antrenori, Constanţa, Editura Ex Punto.
14. Bompa, O., T., (2001) – Dezvoltarea calităţilor motrice, Universitatea dihn York, Toronto, Canada, Ministerul Tineretului şi Sportului, Şcoala Naţională de antrenori, , Constanţa, Editura Ex Punto.
15. Cârstea Gh., (1999) – Educaţia fizică - fundamente teoretice şi metodice., Bucureşti, Casa de Editură Petru Maior.
16. David, D., (2006) – Metodologia cercetării clinice, colecţia Psihologie, Editura Polirom Iaşi, ISBN 978- 973- 46- 0342- 8
17. Donskoi, D. (1973) - Biomecanica exerciţilor fizice, Bucureşti., Editura Tineretului.
18. Dragnea, A.,şi colab (2000) – Teoria educaţiei fizice şi Sportului, Editura Cartea Şcolii.
19. Dragnea C.,A., (2006) – Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive, Editura Cd Press, Bucureşti, ISBN 978 -973 – 7989 – 73 – 4
20. Dragnea, A., Bota, Aura (1999) – Teoria activităţilor motrice, Bucureşti, Editura Didactică şi Pedagogică, R.A.
21. Drăgan I. (2002) - Medicină sportivă. *Ed. Medicală Bucureşti*.
22. Epuran, M., (1976) - Psihologia educaţiei fizice, Bucureşti, Editura Sport – Turism.
23. Epuran, M., Horghidan Valentina (1994) – Psihologia Educaţiei fizice, ANEFS , Bucureşti, 1994.
24. Ganea, I., V., (2006)- Definirea şi tipologia agrementului de tip „ outdoor", Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizaţieşi Sport, An VII, nr. 4, (26), Decembrie 2006, pg 34 -36.
25. Grosu, Emilia, Florina (2008) – Optimizarea antrenamentului sportiv (2008) Colecţia Ştiinţa Sportului, Cluj-Napoca, Edit. GMI.
26. Hauzer, Abadne, Henriette (1983) - Gimnastica ritmică sportivă, Bucureşti, Editura Sport – Turism.
27. Hârjan, O., Nistor, A., Lupu, I., (2007) – Motivaţia practicării activităţilor de educaţie fizică şi sport la elevii din clasele a IXa liceu zi din Cluj – Napoca, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizaţie şi Sport, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pg 54 -59.
28. Kory,Mercea, Marilena; Zamora, Elena (2003) – Fiziologia efortului fizic sportive, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărţii de Ştiinţă.
29. Krausz, L., Krausz, L., T., (2007) – Hidroterapie, Editura SyryusTeka, Miercurea Ciuc ISBN 973 – 85951 – 4 – 2
30. Laza, Valeria (2007) - Necesarul de lichide şi micronutrienţi în activitatea fizică, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizaţie şi Sport, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pag 8 -13.
31. Lupu, I., Lupu Olga (2006) - Introducerea în psihologia educaţională, Teorie şi instrumente de evaluare, Editura Risoprint, Cluj – Napoca, ISBN 973 -751 -115 – 8
32. Pasztai, Z., (2007) – Rolul stretchingului în normalizarea funcţiei stato – kinetice, Editura Corson –Iaşi, ISBN 10 - 973- 8225- 31- 0.
33. Pop Nicole (2008) – Note curs Fitness, multiplicat UBB, Cluj -Napoca

34.Pop N.H, Zamora E. (2007) - Creşterea volumului şi forţei musculare – elemente teoretice, practice şi metodice. *Risoprint Cluj-Napoca*.
35.Roman G, Rusu Flavia (coord.) (2008) - Activităţi sportive pentru populaţia de vârstă adultă. *Napoca Star Cluj-Napoca* 2008.
36.Rusu Flavia (2008) – Note de curs Fitness, multiplicat UBB, Cluj – Napoca
37.Sbenghe T. (2005) - Kinesiologie – ştiinţa mişcării. *Ed. Medicală Bucureşti*
38.Szatmary L, Pop N.H, Zamora E. (2005) - Elemente de hidrokinetoterapie şi înot terapeutic. *Risoprint Cluj-Napoca*.
39.Vasile L. (2007) - Înot pentru sănătate. *Ed. Didactică şi Pedagogică R.A. Bucureşti* .
40.Zamora Elena, Doina Elena Zamora, Popescu A., (2004) – Primul ajutor medical în educaţie fizică, sport şi kinetoterapie, Cluj-Napoca, Editura GMI, ISBN 973 – 85692-3-0
41.Dragnea A. Teoria educaţiei fizice şi sportului. Editura Cartea Şcolii, Bucureşti, 2000. - 241 p.
42.Carp I. Noţiuni de bază ale educaţiei fizice şi sportului. Chişinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p.
43.Cîrstea Gh., Educaţia fizică - fundamente teoretice şi metodice. Casa de editură Petru Maior, Bucureşti, 1999.
44.Raţă G. Didactica educaţiei fizice şi sportului. Editura „Alma Mater", Bacău, 2004. – 337 p.
45.Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство «Олимпийскаялитература», 2003.
46.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт , Спорт Академ Пресс,2008.-544 с.
47.Максименко АМ Теория и методика физической культуры: Учеб. для вузов физической культуры /- 2-е изд. Испр. и доп . - М.: Физическая культура,2009. – 496 с.
48.Теория и методика физической культуры: Учебник / Под.ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. 2-е изд., испр. М.: Советскийспорт, 2004. – 464 с.
49.Управление физической культурой и спортом: Учеб. Для ин-товфиз.культ. / Переверзин И.И., Бугров Н.Н., Вилкин Я.К. и др. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 288 с.
50.Выдрин В.М. Теория физической культуры (культуро-ведческий аспект): Учеб.пособ. / ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. -Л., 1988.-45 с.
51.Пономарёв Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта. - М.: Физкультура и спорт, 1974. - 310 с.
52.Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. М.: Тесеи, 2003. – 528 с.
53.Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учебник для студентов вузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998.
54.С.Н. Попов Лечебная физическая культураю. Учебник для студентов вузов, 2008.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Cultură fizică adaptivă**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	S01.O.06	**Anul**	I	**Semestrul**	I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra_ btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**16**	**12**	**12**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***„Cultură fizică adaptivă”*** are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competențelor integrative – gnostice, operaționale și valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale și socioculturale complexe ale societății actuale.

În context conceptual programa disciplinei ***„Cultură fizică adaptivă”*** vizează formarea şi perfecționfrea unui sistem de competenţe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și de cercetare în calitate de profesor de educație fizică, antrenori de sport, specialiști în domeniile recreației și reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.

Disciplina de studii ***„Cultură fizică adaptivă”*** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţii de Pedagogie a Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***„Cultură fizică adaptivă”*** vizează soluționarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa conținutului educațional al culturii fizice adaptive pentru psihosocializare și adaptare socioprofesională a personalității cu diferse afecțiuni ale sferei psihofizice, motrice și cognitive.

	- Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul educațional al activităților motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei și metodologiei culturii fizice adaptive în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare şi din esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică adaptivă și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***„Cultură fizică adaptivă”*** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale:*** 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice adaptive ca o disciplină ştiinţifică. 2. Cunoaşterea bazelor medico-biologice şi psihologice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării/reabilitării fizice, psihomotrice, psihosociale şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice adaptive în plan pedagogic, sociologic, culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice și specificul influențelor pedagogice ale acestora în plan adaptiv-educațional. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 7. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8.Cunoaşterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea/adaptarea/socializarea personalităţii prin activitățile motrice cu orientarea adatțională. 9. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățământului de cultură fizică adaptivă, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului educațional. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice adaptive în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţare, instruire şi educare în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţământului de cultură fizică – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii

	din domeniul concepţiilor ce ţin de legităţile educaționale ale culturii fizice adaptive. 8. Posedarea principiilor şi metodelor educaționale în desfăşurarea activităţilor didactice din cadrul învățământului de cultură fizică adaptivă. În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei ***„Cultură fizică adaptivă”*** se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1.** ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative şi de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului: 1. ***Competenţa conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2. ***Competenţa instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3. ***Competenţa integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4. ***Competenţa contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5. ***Competenţa adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalități*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice adaptive, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele

	de lucru în domeniul culturii fizice adaptive. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:*** - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. - Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. - Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul culturii fzice adaptive în cadrul instituțiilor similare de profil. ***La nivel de integrare:*** - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini şi competenţe în metodologia şi etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională ***„Cultură fizică adaptivă”.***

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	Curs	Seminar	L/P	LI
1	Disciplina ”Cultura fizică adaptivă”ca obiect de abordare științifică și de studiu.	18	2	2		14
2	Componentele structurale de bază ale culturii fizice adaptive	18	2		2	14
3	Mecanismele fiziologice, psihologice și pedagogice în formarea deprinderii psihomotrice și a calităților psihosociale în sistemul pedagogic CFA	17	2	1		14
4	Cultura fizică adaptivă pentru copii cu dereglările sistemelor analizatorice și vorbirii.	19	2	1	2	14
5	Cultura fizică adaptivă pentru copii cu dereglările sistemelor funcționale.	20	2	2	2	14
6	Bazele neoretico-metodologice ale culturii fizice adaptive pentru copii cu retard mental, cu retard în dezvoltarea psihică și motrică, cu paralizie cerebrală infantilă și cu autism.	19	2	2	1	14
7	Metodologia culturii fizice adaptive pentru copii cu dereglările vorbirii.	19	2	2	1	14
8	Bazele teoretico metodologice ale culturii fizice adaptive pentru persoanele cu handicap (invalizi).	11	1	2	2	6
9	Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei culturii fizice adaptive.	9	1		2	6
Total		150	16	12	12	110

Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului

Componentele de bază ale programei la disciplina ***„Cultură fizică adaptivă”*** sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general şi special educaţie fizică, sport, reabilitare și rectreație. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul formațiunei profesionale integrative.

Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită

	din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum: - elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea invăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre învăţarea prin cooperare, învăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învăţământ se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei ***„Cultură fizică adaptivă”*** îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***„Cultură fizică adaptivă”*** vor fi aplicate: - ***evaluarea pregătirii teoretice generale*** – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „Cultură fizică adaptivă”; - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competențelor operaționale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică. Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea iniţială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi

	competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. ***Evaluarea finală*** sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referinţe bibliografice	1. Babanskii Iu. *K.* Optimizarea procesului de învăţământ. – Bucureşti: Didactica şi Pedagogica, 1986. 2. Dumitriu Gh. Comunicare şi învăţare. - Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1998. 3. Nicolo, Gr. Potenţialul creativ în *profesia didactică*, în *Competenţa didactică*, Perspectivă psihologică (coord. Stroe Marcus), Bucureşti, Editura ALL Educational, 1999 4. Papuc L. Epistemologioa şi praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală", 2005. 5. Salde, D. Competenţă, performanţă, *competiţie*, în *Revista de pedagogie*, nr. 1, 1990 6. Stoica M. Psihopedagogia personalităţii.- Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1996. 7. Stoica M. Pedagogie şi psihologie – pentru examenele de definitivare şi grade didactice. – Craiova: Gh. Alexandru, 2002. 8. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания // Избр. психол. тр.: В 2-х т.т. – М.: Педагогика, 1980. –Т-1. 9. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – В кн.: П.К. Анохин. Избранные труды. – М., 1978. 10. В.П. Беспалько. Слогаемые педагогические технологии. – М.: Педагогика, 1989. 11. Бернштейн Н. А.Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина, 1966. 12. Выдрин В.М. *Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем).* – Омск, 2003. 13. Данаил С. Современные проблемы физкультурного образования в контексте разработок теории деятельности и личности // Ştiinţa culturii fizice. – Nr.4. – Chişinău: INEFS, 2006. 14. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002. 15. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры. — 2-е изд., испр. и доп Москва: Советский спорт, - 2005. — 296 с.	

16. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2000 . - 240 с.
17. Зимкин Н.В. Двигательный навык. – М., 1970.
18. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М.: ИПЛ, 1977.
19. Мазниченко В.Д. Двигательные навыки в спорте. – Малаховка: МОГИФК, 1981.
20. Матвеев Jl.l I. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.
21. Клингберг Л. *Проблемы теории обучения.*– М.: Педагогика, 1984.
22. Пономарев Н.А. Социология физической культуры: Учеб.пособие. – СПб.: ГАФК, 1998.
23. Управление движениями / Под ред. А.А. Митькин, Г. Пик. – М.: Наука, 1990.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii			***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***				
Denumirea cursului			**Comunicarea profesională științifică**				
Titularul cursului			**Timuș Maria**				
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F 02 O.07	**Anul**	I	**Semestrul**	II
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa		**Forma de evaluare**		Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110		**Total ore pe semestru**	150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Bazele teoretice ale Culturii Fizice		**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail	catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**	
		150	20	12	8	110	

Nota de prezentare

Disciplina de studii „Comunicarea profesională științifică” este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultăţii de Sport a Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Curriculum este centrat pe obiective, care sunt în conformitate cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:

1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințele teoretice și practice în domeniul culturii fizice.
2. Elaborarea și gestionarea textelor științifice în domeniul culturii fizice.
3. Aplicarea metodelor și procedeelor de comunicare științifică în domeniul culturii fizice în cadrul activităților de comunicări științifice de nivel național și internațional.
4. Elaborarea rapoartelor de activitate științifică privind realizarea proiectului de cercetare (teza de master).

În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activităţi de învăţare, menite să corespundă indicilor calitativi şi cantitativi.

Conţinuturile publicate în curriculum vin să ajute la îndeplinirea obiectivelor cadru şi a celor de referinţă, fiind organizate în baza principiilor atât cronologic, cât şi tematic. Sugestiile metodologice şi strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învăţare-evaluare a cunoştinţelor, competenţelor şi dezvoltarea atitudinilor pozitive.

În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor

	studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest considerent, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fixice.
Competenţe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităţilor de dezvoltare a comunicării profesionale ştiinţifice la ora actuală în Republica Moldova; • Evidenţierea argumentelor privind aspectele comunicative ale comunicării profesionale în corespundere cu factorii personali şi profesionali; • Analiza procedeelor şi metodelor de elaborare a textului ştiinţific; • Utilizarea ansamblului metodelor şi formelor de comunicare profesională în comunitatea ştiinţifică; • Formarea unui comportament comunicativ profesional ştiinţific în corespundere cu normele în vigoare de elaborare a unui text ştiinţific. **Competenţe transversale:** • Posedarea şi utilizarea eficientă a termenilor specifici comunicării profesionale ştiinţifice; • Ordonarea şi mânuirea corectă a procedeelor şi metodelor de elaborare a unui text ştiinţific în mediul academic sportiv; • Autoevaluarea obiectivă şi calitativă a nevoii de formare profesională în scopul formării unui comportament comunicativ profesional de calitate în corespundere cu necesităţile impuse de comunităţile ştiinţifice naţionale şi internaţionale.
Finalităţi şi performanţe la curs/modul	**La nivel de cunoaştere:** ➢ să definească noţiunile principale ale disciplinei „Comunicarea profesională ştiinţifică” (competenţă comunicativă, profesionalism, competenţă ştiinţifică etc.); ➢ să definească noţiunea de termin; ➢ să cunoască particularităţile verbale ale stilului ştiinţific; ➢ să identifice specificul comunicării profesionale ştiinţifice; ➢ să cunoască care este tipologia textelor ştiinţifice; ➢ să cunoască diversitatea formelor comunicative utilizate în comunicarea profesională ştiinţifică orală; ➢ să cunoască ansamblul metodelor şi formelor de comunicare profesională ştiinţifică. **La nivel de înţelegere şi aplicare:** ➢ să determine procedeele textuale care fac ca textul să capete un aspect ştiinţific; ➢ să elaboreze texte ştiinţifice conform cerinţelor înaintate de comunitatea ştiinţifică; ➢ să determine care sunt factorii ce influenţează particularităţile verbale ale textului ştiinţific; ➢ să aplice cunoştinţele şi capacităţile acumulate în timpul practicii de specialitate, reflectându-le în texte ştiinţifice. **La nivel de integrare:** ➢ să ţină seama de aspectele comunicativ-profesionale în timpul practicii de specialitate; ➢ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activităţii de elaborare a textelor ştiinţifice; ➢ să poată găsi legăturile dintre diversitatea formelor de elaborare a textelor ştiinţifice; ➢ să aplice cunoştinţele teoretice în cadrul proiectului de cercetare final elaborat, sub îndrumarea profesorului.

<table>
<tr><td></td><td colspan="7"></td></tr>
<tr><td rowspan="12">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Semi-nar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Conceptul de comunicare. Definiții și princii.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Bazale comunicării profesionale.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Stilul științific și substilurile lui.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Noțiunea de termin.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Particularitățile verbale ale stilului științic.</td><td>10</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Procedeele și metodele de elaborare a textului științific.</td><td>10</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Textul. Noțiunea de text. Procedeele de elaborare a textului.</td><td>12</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>6</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Tipologia textelor științifice. Caracteristicile și elaborarea lor.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>9</td><td>Comunicarea profesională științifică orală.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>10</td><td>Comunicarea științifică ca ansamblu de forme și metode de comunicare profesională în comunitatea științifică.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="7">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.
Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a organizațiilor sportive, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</td></tr>
<tr><td>Strategii de evaluare</td><td colspan="7">Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă şi finală.
1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se</td></tr>
</table>

	efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.		
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)		Nota finală	100%
		Nota pentru evaluarea finală	40%
		Nota evaluarea curentă	20%
		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
		Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	1. Aftimiciuc O., Gönczi-Raicu M. Probleme actuale privind formarea capacităţilor integrative de coordonare în cadrul disciplinei "Educaţia ritmico-muzicală" // Analele Universităţii de Vest din Timişoara: Sesiunea de comun. ştiinţ. Timişoara: Univ. de Vest Timişoara, 1999. P. 8-10. 2. Booth Waine, Colomb Gregori, Williams Jozeph, The craft of research 3rd ed. 2008, 377 p. 3. Cartaleanu T. şi alţii. Formarea de competenţe prin strategii didactice interactive. Chişinău, 2008. 4. Danail S. N. Conţinutul activităţii de comunicare didactică a profesorului de cultură fizică în sistemul ″Lecţie″ // Sesiune de comunicări şi referate cu ocazia împlinirii a 25 de ani de creaţie pedagogică a corpului profesoral al catedrei de gimnastică. Chişinău: I.N.E.F.S., 1993. P. 110-125. 5. Eco Umberto, Cum se face o teză de licenţă. Disciplinele umaniste, colecţia Biblioteca Italiană, traducere de George Popescu, Editura Pontica, Constanţa, 2000, pp. 181-182. 6. Morjan, I., Conference "Competencies and Capabilities in Education" Oradea, 2009. p.274 7. Tomşa N. Pregătirea studenţilor facultăţilor de educaţie fizică şi sport pentru comunicarea dialogo-didactică: Autoref. dis. ... doctor în pedagogie. Chişinău: INEFS, 2003. 28 p. 8. Vintan L., Calitatea cercetării prin abordări scientometrice, Euroeconomia, XXI, ISSN 1841-0707, nr. 53, Sibiu, 24 februarie 2006 9. Vintan L., Scrierea şi publicarea ştiinţifica, University of Sibiu, Computer Science and Engineering Department, http://webspace.ulbsibiu.ro/lucian.vintan/html/Acad.pdf		

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Bazele metodologice ale proiectării activităților de cultură fizică**					
Titularul cursului		**Braniște Gheorghe**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	S 02 O.08	**Anul**	I	**Semestrul**	I I
Nr.credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (S–de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		BTCF	**Numărul total de ore** (pe semestru)**din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	16	12	12	110

Nota de prezentare	Ca disciplină instructivă ***Bazele metodologice ale proiectării activităților de cultură fizică*** se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil de specialitate, care asigură pregătirea multilaterală a studenţilor programului de master TMCF cu cunoştinţe teoretico-metodice şi abilitaţi practice pentru activitatea de proiectare a procesului educaţional. Însuşirea acestui obiect va contribuie la formarea unor cunoştinţe de specialitate ce ţin de cunoaşterea principiilor şi metodicii de panificare/ proiectare, în desfăşurarea activităţilor de cultură fizică,sport, recreaţie şi recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenţilor masteranzi etc. Acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul culturii fizice să îmbine activitățile de proiectare cu celelalte componente ale procesului instructiv educativ, să găsească tangenţe cu alte domenii înrudite, să generalizeze experienţa specialiştilor novatori, să însuşească conceptele teoretico - ştiinţifice ale activităților de proiectare, să elaboreze noi căi de perfecţionare a demersului educaţional, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode şi forme de planificare a etapelor de instruire.
	Competenţe profesionale: - proiectarea activităţii instructiv-educative în conformitate cu curricula educaţiei fizice pe diferite trepte de învățământ; - folosirea unor metode şi tehnici de predare flexibile şi inovative, specifice domeniului educaţiei fizice, eficiente pentru dezvoltarea multilaterală şi armonioasă a individului;. - utilizarea adecvată a mijloacelor de învățământ şi a auxiliarelor didactice urmărind rigurozitatea ştiinţifică şi didactică;

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	- proiectarea şi dezvoltarea curriculum-ului opţional în funcţie de specificul activității de educație fizică, sport, recreație și recuperare, resursele materiale şi umane precum şi de interesele practicanților, stabilind conţinuturi cu caracter formativ; - elaborarea proiectării didactice folosind strategii activ-participative şi obiective operaţionale corect formulate. **Competențe transversale:** - cunoașterea planificării generale, globale și eșalonată a activităţilor pedagogice-manageriale în cadrul procesului de educație fizică, sport, recreație și recuperare - cunoașterea şi formularea obiectivelor de referinţă, stabilirea strategiilor şi determinarea conţinuturilor educaţionale în cadrul sistemului didactic „Lecţie”, administrarea efortului fizic în cadrul structurilor de bază ale lecţiei şi integral - abilitați manageriale, didactice și de aplicare a metodelor progresive în procesul de desfășurare a lecției - abilităţi de aplicare şi de realizare a metodelor de control pedagogic - abilitați de planificare a activităţilor educative cu subiecții implicați în lecție - capacitatea de aplicare a metodologiilor fiziodiagnostice pentru evaluarea influenţelor fiziopedagogice ale efortului fizic - atitudini de proiectare algoritmică a unei sarcini motrice sub aspectul formării bazelor orientative, executive, de control şi evaluative.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele **finalități** : 1. Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. 2. Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. 3. Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de proiectare a activităților de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. 4. Capacitatea de aplicare în practică a planificării activităților de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. 5. Capacitatea de promovare și aplicare a proceselor inovative în proiectarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice și sportului, celor kinetoterapeutice de recuperare în cadrul clinicilor de reabilitare, spitalelor, sanatoriilor, etc. 6. Competenţe de planificare utilizând capacitățile de comunicare într-un limbaj științific argumentat privind formarea capacităţii de luare a deciziilor după evaluarea funcțională a subiectului privind aplicarea tehnologiilor moderne de cercetare. 7. Aptitudini de proiectare a procesului de evaluare utilizând metodele de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice , tehnologiilor informaționale moderne. 8. Aptitudinile de planificare utilizând metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „EDUCAȚE FIZICĂ, SPORT, RECREAȚIE ȘI REABILITARE”.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	**Curs**	**Seminar**	**L/P**	**LI**
1	**CONCEPTUL DE COMPETENŢĂ**	8	2			6
1.1	Reperele de bază ale conceptului de competenţă	5		1		4
1.2	Etapele şi algoritmul formării competenţelor în procesul de studiu	4				4
2	**ÎNCADRAREA LECŢIEI ÎN SISTEMUL DE LECŢII**	10	2			8
2.1	„Lecţia” reflectată în documentele	5		1		4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		oficiale folosite în activitatea profesional-pedagogică					
	3	**PROIECTAREA DIDACTICĂ**	6	2			4
	3.1	Conceptul de proiectare didactică	4				4
	3.2	Tipologia proiectării didactice	4				4
	3.3	Proiectarea lecţiei	6			2	4
	3.4	Algoritmul formării competenţelor de proiectare didactică	5		1		4
	4	**STABILIREA OBIECTIVELOR OPERAŢIONALE CARE PERMIT REALIZAREA SUBCOMPETENŢELOR**	4	2			2
	4.1	Introducere în problematica elaborării obiectivelor educaţionale. Evoluţii semnificative în teoria şi practica elaborării obiectivelor. Strategiile de elaborare a obiectivelor. Strategia deductivă. Problema scopurilor generale şi cea a obiectivelor intermediare	5		1		4
	4.2	Strategia inductivă. Descrierea sarcinilor. Analiza psiho-pedagogică a sarcinilor învăţării. Operaţionalizarea obiectivelor educaţionale. Termenul de obiectiv operaţional şi procedurile clasice de operaţionalizare	6			2	4
	5	**CRITERII DE STABILIRE SI STRUCTURARE A CONŢINUTULUI ÎNVĂŢĂMÂNTULUI**	4	2			2
	5.1	Elaborarea, structurarea şi integrarea conţinutului obiectelor de învățământ	6			2	4
	5.2	Corelația dintre cultura generala, cultura profesionala si cultura de specialitate	6		2		4
	6	**ELABORAREA STRATEGIEI DIDACTICE**	6	2			4
	6.1	Definirea şi caracterizarea strategiei şi tacticii didactice. Tipologia strategiei didactice. Structura strategiei didactice	2				2
	6.2	Concepte de: tehnologie, metodologie, metodă, procedeu. Caracteristici ale metodelor de învăţământ. Taxonomia metodelor didactice	6		2		4
	6.3	Prezentarea analitică a metodelor de învățământ	6			2	4
	7	**STABILIREA STRUCTURII PROCESUALE A LECŢIEI**	3	1			2
	7.1	Forme de organizare a procesului de învățământ. Definire şi tipologie. Lecția forma de bază în organizarea procesului de învăţământ	6		2		4
	7.2	Tipologia lecției	4				4
	8	**CUNOAȘTEREA ȘI EVALUAREA RADNDAMENTULUI ȘCOLAR,STABILIREA MODALITĂȚILOR DE CONTROL ȘI EVALUARE FOLOSITE DE**	6	2			4

		PROFESOR; STABILIREA MODALITĂȚILOR DE AUTOCONTROL ȘI EVALUARE FOLOSITE DE ELEVI					
	8.1	Delimitări conceptuale. Funcțiile evaluării. Principii docimologice contemporane	2				2
	8.2	Taxonomia evaluării. Conținutul evaluării. Strategii de evaluare a randamentului școlar	4		2	2	
	8.3	Metode și procedee de evaluare	4				4
	8.4	Metode tradiționale de evaluare	4				4
	8.5	Metode complementare de evaluare	4				4
	8.6	Evaluarea prin examene, concursuri. Fatorii de distorsiune în apreciere și notare. Atitudinea elevilor/studenților față de apreciere și note.	4			2	2
		Total	150	16	12	12	110

Strategii de predare & învăţare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul, laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc. • Elaborarea şi prezentarea *comunicărilor scrise* cu diverse conţinuturi referitoare la fenomenul de educație fizica,sport, recreare și recuperare • Elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. • Planificarea *conferinţelor ştiinţifice* privind anumite evenimente specifice educaţiei fizice, sportului, kinetoterapiei şi recreaţiei; •Planificarea de *miniproiecte* privind perfecţionarea şi valorificarea fenomenului de educație fizica,sport, recreare și recuperare; • Organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii masteranzi din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice, sportulu, recreației și recuperării; • Planificarea și participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile specializate cu care colaborează USEFS.
Strategii de evaluare	Evaluarea iniţială / evaluarea formativă / evaluarea sumativă: - evaluarea orală/scrisă: test docimologic, referat, proiect de intervenţie, prezentare de proiect individual/de grup, studiu de caz, eseu, rezolvare de probleme, rezumat, discurs, lucrări de portofoliu, raport cu privire la desfăşurarea practicii/pedagogice de cercetare; - susţinerea tezei de master.

Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în%)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%

Referinţe bibliografice	1. Barbier, I.,M., (1985). *Levaluation en formation,* P:U:F:; Paris 2. Bonchiş E.(coord),(2002). *Învăţarea şcolară,* Editura Universităţii Emanuel, Oradea. 3. Blândul, V., C., (2004). *Evaluarea didactică interactivă,* E.D.P., Bucureşti 4. Cristea, S., (1998). *Dicţionar de termeni pedagogici,* E. D. P. Bucureşti. 5. Ionescu, M., Radu, I., (1995). *Didactica modernă,* Editura Dacia, Cluj-Napoca,

	6. Ionescu, M., (2000). *Demersuri creative în predare şi învăţare,* Editura Editura Presa Universitară Clujeană; Cluj-Napoca, 7. Ionescu, M., (2005). *Instrucţie şi educaţie, „*Vasile Goldiş" University Press, Arad, 8. Vrabie, D., (1994) *Psihologia atitudinii elevului faţă de aprecierea şcolară,* Editura Porto-Franco, Galaţi. 9. Jurcău , N., (coord.)(2000). *Psihologie educaţională,* Editura U:T. Press, Cluj-Napoca 10.Stanciu, M., (2003), *Didactica modernă*, Editura Universităţii Suceava . 11.Stan, C., (2001), *Autoevalurea şi evaluarea didactică*, Editura Presa Universitară Clujeană; Cluj-Napoca.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumireacursului		**Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative**					
Titularulcursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codulcursului**	S 02. A.10	**Anul**	I	**Semestrul**	II
Nr.credite	**5**	**Limbade instruire**	Româna/Rusa	**Formadeevaluare**			**Ex.**
Oredecontact direct		40	**Studiuindividual**	110	**Totalorepe semestru**		150
Regimuldisciplinei (S–componenta de orientare spre specialitate)							S
Catedra		**Bazele teoretice ale culturii fizice**	**Numărultotaldeore** (pesemestru)**dinplanuldeînvățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra_ btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	**20**	**20**	**-**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***„Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional-aplicative”***are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., şi prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competenţelor integrative – gnostice, operaţionale şi valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale şi socioculturale complexe ale societăţii actuale şi ulterioare.

În context conceptual programa disciplinei ***„Teoria şi metodologia educaţiei fizice profesional-aplicative”***vizează formarea şi dezvoltarea unui sistem de competenţe profesionale şi transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităţilor profesionale şi socio-culturale în calitate de psihopedagog, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea şi calitatea activităţilor de educaţie fizică profesional-aplicativă în contextul actualelor abordări ştiinţifice.

Disciplina de studii ***„Teoria şi metodologia educaţiei fizice profesional-aplicative”***este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţii de Pedagogiea Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competenţelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***„Teoria şi metodologia educaţiei fizice profesional-aplicative”***vizează soluţionarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor învăţare,

	instruire şi educare în cadrul teoriei educaţiei fizice profesional-aplicative. - Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul instruirii acţiunilor motrice cu orientare profesional-aplicativă. - Să contribuie la formarea abilităţilor privind aplicarea teoriei educaţiei fizice profesional-aplicative în activităţile educaţionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice şi esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activităţile profesionale din domeniul psihopedagogiei educaţiei fizice includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandului spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de fitness şi la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea uneicercetări ştiinţifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fostelaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învăţământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale/ştiinţifice a specialistului de psihopedagogie în domeniul educaţiei fizice profesional-plicative.
Competenţe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***„Teoria şi metodologia educaţiei fizice profesional-aplicative”***vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale****:* 1.Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional-aplicative ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea bazelor fiziologice, psihologice şi pedagogice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice profesional-aplicative în plan culturologic, acmeologic, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare. 7. Cunoaşterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalităţii prin activităţile motrice co orientare aplicativă profesională. 8. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice în cadrul educaţiei fizice profesional-aplicative. 9. Realizarea principiilor didactice, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativîn sistemul de pregătire fizică profesional-aplicativă. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale orientate spre pregătire profesional-aplicativă a personalităţii specialistului. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice de formare psixosocială a personalităţiiîn cadrul procesului educaţional al culturii fizice profesional-aplicative. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fiziceprofesional-aplicative în în formarea socio-profesională a personalităţii specialistului.

	5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţămîntului de cultură fizică profesional-aplicativă – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile necesare personalităii specialistului pentru realizarea reuşită a obiectivelor din cadrul activităţii socioprofesionale. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Determinarea etapelor de învăţare a acţiunilor motrice în dependenţă de formarea bazei orientative a acţiunii şi punctelor de sprijin de bază. 8. Eficientizarea procesului instuctiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de legităţile ale procesului educaţional de educaţie fizică profesional-aplicativă. 9. Posedarea principiilor şi metodelor de învăţare, de instruire şi de educare a acţiunii motrice în desfăşurarea activităţilor instructiv-educative cu orientare profesional-aplicativă. În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei „***Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative*”**se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. 1. ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. 2. ***Componenta/competența de proiectare*** - competențelepedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracer recreativ și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. 3.***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive. 4.***Componenta/competența organizatorică*** -competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperareprin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. 5. ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). 6. ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activităţii profesionale a specialistului: 1.***Competenţa conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2.***Competenţa instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3.***Competenţa integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4.***Competenţa contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în

<table>
<tr><td></td><td colspan="5">contextul condiţiilor reale).
5.Competenţa adaptivă (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare).
Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.</td></tr>
<tr><td>Finalităţi şi performanţe la curs/modul</td><td colspan="5">Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarelefinalități
La nivel de cunoaştere:
- Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare.
- Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare şi complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul Culturii fizice profesional-aplicative.
La nivel de înţelegere şi aplicare:
- Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor.
- Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale.
- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fzice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil.
La nivel de integrare:
- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.
- Aptitudini şi competenţe în metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională.</td></tr>
<tr><td rowspan="9">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="4">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Cultura fizică ca fenomen social, cultural şi educaţional al societăţii umane.</td><td>12</td><td>2</td><td>2</td><td>8</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative ca obiect de abordare științifică și de studiu.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.</td><td>14</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare cu orientare profesional-aplicativă.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a uneia activități în alta ca baza orientativă pentru educaţia fizică profesional-aplicativă.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Teoria activităţii ca factor definitiv în formarea conceptului de cultură fizică</td><td>14</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
</table>

		profesional-aplicativă.				
	8	Educaţia fizică profesional-aplicativă a studenţilor.	14	2	2	10
	9	Diagnostica şi controlul pedagogic în cadrul activităţilor de educaţie fizică profesional-aplicative.	16	2	2	12
	10	Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei educaţiei fizice profesional-aplicative.	16	2	2	12
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare-învăţare în cadrulcursului/modulului	Componentele de bază ale programei la disciplina **„Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative”** sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general şi special educaţie fizice profesional-aplicative. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul calității integrative. Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice cu orientare profesional-aplicativă. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum: - elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise*cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice*bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte*de cercetareprivind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe*cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat*în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutulcurricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii*se vor orienta spre invăţarea prin cooperare, invăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică,utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţămint se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre				

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</td></tr>
<tr><td>Strategiideevaluare</td><td colspan="2">Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei „Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina „Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative” vor fi aplicate:
- evaluarea pregătirii teoretice generale – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative”;
- evaluarea prin teste docimologice – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele;
- evaluarea competențelor operaționale - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică.
Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilireanoteifinale(pondereaexprimatăîn %)</td><td>Notafinală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Notapentruevaluareafinală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Notaevaluareacurentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notadelaactivitatealaprelegerişiseminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notalucrulindividual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referințe bibliografice</td><td colspan="2">1.Ceban V., Danail S. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studentelor la facultăţile pedagogice universitare: Material didactic. – Chişinău: CEP USM, 2004.
2.Danail S.N. Oneţ I. Optimizarea pregătirii fizice profesional-aplicative a viitorilor ingineri navali prin implementarea în lecţiile de educaţie fizică a mijloacelor din înot şi baschet (monografie). - Chişinău: Valinex, 2007.
3.Drăgănescu E. Optimizarea conţinutului educaţiei fizice privind pregătirea profesional aplicativă a studenţilor de la universităţile de medicină în baza intensificării procesului de studii: Dis. ... doct. în. şt. ped. - Chişinău, 2000.
4.Epuran M. Metodologia cercetării activităţilor corporale: Vol. I şi Vol. II. - Academia Naţională de Educaţie Fizică şi Sport. – Bucureşti, 1992.
5.Filipescu D. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studenţilor universitari de medicină în cadrul disciplinei “Gimnastica”: Dis. ... doct. în. şt. ped. – Chişinău, 1999.</td></tr>
</table>

	6.Mărgineanu N. Selecţia şi orientarea profesională. – Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1972. Виленский М.Я., Ильинич В.И. Физическая культура работников умственного труда. – М.: Знание, 1987. 7.Виленский М.Я., Сафин Р.С. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальности: Учеб. пособие. – М.: Высшая школа, 1989. – 159 с. 8.Выдрин В.М., Зыков Б.К. Физическая культура студентов вузов: Учеб. пособие. – Воронеж: ВГУ, 1991. 9.Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. – М.: Высшая школа, 1978. 10.Платонов К.К. Вопросы психологии труда. – Изд. 2-3. – М.: Медицина, 1970. 11. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: Учеб. пособие. – М.: Высшая школа, 1985. 12. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича.М.: Гардарики, 2000 — 448 с.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii			***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***				
Denumirea cursului			**Tehnologii informaționale în cercetarea științifică**				
Titularul cursului			**Timuș Maria**				
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	S 02 A.11	**Anul**	I	**Semestrul**	II
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa		**Forma de evaluare**		Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110		**Total ore pe semestru**	150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		Bazele teoretice ale Culturii Fizice		**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*			
e-mail		catedra_btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	20	12	8	110

Nota de prezentare	Disciplina de studii „Tehnologii informaționale în cercetarea științifică” este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultăţii de Sport a Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport. Curriculum este centrat pe obiective, care sunt în conformitate cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ: Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințele teoretice și practice în domeniul culturii fizice. 1. Elaborarea și gestionarea textelor științifice în domeniul culturii fizice. 2. Aplicarea metodelor și procedeelor de comunicare științifică în domeniul culturii fizice în cadrul activităților de comunicări științifice de nivel național și internațional. 3. Elaborarea rapoartelor de activitate științifică privind realizarea proiectului de cercetare (teza de master). În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activităţi de învăţare, menite să corespundă indicilor calitativi şi cantitativi. Conţinuturile publicate în curriculum vin să ajute la îndeplinirea obiectivelor cadru şi a celor de referinţă, fiind organizate în baza principiilor atât cronologic, cât şi tematic. Sugestiile metodologice şi strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învăţare-evaluare a cunoştinţelor, competenţelor şi dezvoltarea atitudinilor pozitive. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.

	Din acest considerent, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fixice.
Competenţe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităţilor de dezvoltare a comunicării profesionale ştiinţifice la ora actuală în Republica Moldova; • Evidenţierea argumentelor privind utilizarea tehnologiilor informaţionale în sfera ştiinţifică; • Analiza calitativă şi cantitativă a activităţii unui tânăr cxercetător ştiinţific privind utilizarea produselor tehnologiilor informaţionale; • Utilizarea metodelor speciale pentru relevanţa raportului elaborat de către tinerii cercetători ştiinţifici – masteranzi; • Asigurarea unui climat eficient pentru implementarea, utilizarea şi desfăşurarea activităţilor de studiu aprofundat. **Competenţe transversale:** • Gestionarea informaţiilor specifice managementului calităţii în transferul de date; • Dirijarea activităţilor de studiu ştiinţific prin utilizarea eficientă a diferitpor modalităţi de căutare, selectare a informaţiilor; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserţiei şi adaptabilităţii la cerinţele pieţei muncii în ceea ce priveşte teoria şi metodica culturii fizice.
Finalităţi şi performanţe la curs/modul	**La nivel de cunoaştere:** ➢ să definească noţiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaţionale în cercetarea ştiinţifică” (cercetare ştiinţifică, baze de date, dreptul de autor, servicii TIC etc.); ➢ să definească noţiunea de societate informaţională; ➢ să cunoască strategiile de dirijare a activităţii de cercetare ştiinţifică cu utilizarea serviciilor TIC; ➢ să identifice specificul activităţii de redactare a lucrărilor ştiinţifice; ➢ să cunoască care sunt instdumentele pentru regăsirea informaţiilor în mediul online; ➢ să cunoască particularităţile de elaborare a unei baze de date; ➢ să cunoască aspectele structurile specializate în susţinerea procesului de informare - bibliotecile. **La nivel de înţelegere şi aplicare:** ➢ să determine motivele care îl fac pe tânărul cercetător să utilizeze diferite servicii TIC în elaborarea tezei de master; ➢ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➢ să determine care sunt factorii ce influenţează calitatea unui text ştiinţific; ➢ să aplice cunoştinţele şi capacităţile acumulate în timpul practicii de specialitate. **La nivel de integrare:** ➢ să ţină seama de aspectele de redactare a tuturor formelor de scriere a textelor ştiinţifice; ➢ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activităţii de cercetare; ➢ să poată găsi legăturile dintre importanţa resurselor electronice în cercetarea ştiinţifică; ➢ să aplice cunoştinţele teoretice în cadrul unui proiect ştiinţific elaborat, sub îndrumarea profesorului.

<table>
<tr><td rowspan="12">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Semi-nar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Conceptul de comunicare. Definiții și princii.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Bazale comunicării profesionale.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Stilul științific și substilurile lui.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Noțiunea de termin.</td><td>8</td><td>2</td><td>-</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Particularitățile verbale ale stilului științic.</td><td>10</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Procedeele și metodele de elaborare a textului științific.</td><td>10</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Textul. Noțiunea de text. Procedeele de elaborare a textului.</td><td>12</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>6</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Tipologia textelor științifice. Caracteristicile și elaborarea lor.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>9</td><td>Comunicarea profesională științifică orală.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td>10</td><td>Comunicarea științifică ca ansamblu de forme și metode de comunicare profesională în comunitatea științifică.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare& învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="7">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.
Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</td></tr>
<tr><td>Strategii de evaluare</td><td colspan="7">Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
</table>

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	1. Repanovici, Angela (2008) *Managementul resurselor informationale in cercetarea stiintifica.* Brasov: Editura Universitatii Transilvania din Brasov. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chişinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătărâm, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, Tehnologia informaţiei şi a comunicaţiilor, Editura Corint, Bucureşti, 2004 5. Ana Dulu, ECDL Start modulele obligatorii, Editura Andreco Educaţional Grup, Bucureşti, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-cecetare. 7. Lenuța Ursachi. Surse de informare utilizate în activitatea de cercetare. Disponibil online la 8. http://www.slideshare.net/lursachi/surse-de-informare-utilizate-n-activitatea-de-cercetare. 9. Lenuța Ursachi. Bibliografia – aspecte utile pentru dezvoltarea unei teme de cercetare. Disponibil online la http://www.slideshare.net/lursachi/realizarea-unei-bibliografii 10. Watson, M. (ed.), Porumbeanu, L (trad.) (2004) *Managementul informatiei si al bibliotecilor in mileniul III* , Bucuresti, Editura A.B.I.R.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Psihologia educației fizice și sportului**					
Titularul cursului		**Goncearuc Svetlana**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	S 02 A. 12	**Anul**	I	**Semestrul**	I I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra		Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra.sppsu@gmail.com	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	20	12	8	110

Nota de prezentare

Curriculum-ul unității de curs **„Psihologia educației fizice și sportului”** se încadrează în problematica reformei sistemului de învăţământ din Republica Moldova şi se axează pe tendinţele actuale ale dezvoltării teoriei şi practicii educaţionale. Unitatea de curs este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de master al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport pentru programul de master *Psihopedagogia educației fizice și sportului, Master de profesionalizare* pentru calificarea şi pregatirea teoretico–practică a specialiştilor din domeniul educaţiei fizice și sportului.

Curriculum-ul universitar urmăreşte valorizarea cadrului european al competenţelor cheie la următoarele niveluri: formularea competenţelor generale şi selectarea seturilor de valori şi atitudini; organizarea elementelor de conţinut şi corelarea acestora cu competenţele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiile didactice şi de evaluare.

Curriculum-ul unității de curs **„Psihologia educației fizice și sportului”** vizează cu prioritare valorizarea competenţelor cheie (transversale şi profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaştere academică, precum şi asigurare a trensferabilităţii tuturor celorlalte competenţe cheie, prin deschiderea către abordări inter- şi transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educaţie fizică şi sport şi cu celelalte discipline de studiu. Disciplina **„Psihologia educației fizice și sportului”** este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a catedrei şi are menirea să-şi aducă contribuţii specifice la realizarea dezvoltării complexe a personalităţii autonome şi creative a studenţilor – finalitate prevăzută în Legea învățământului.

Competenţe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe-cheie/transversale şi transdisciplinare** **1. Competenţe de învăţare/de a învăţa să înveţi** Competenţe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoştinţelor de bază despre om şi societate în scopul satisfacerii nevoilor şi acţionării pentru îmbunătăţirea calităţii vieţii personale şi sociale. **2. Competenţe de comunicare în limba maternă/limba de stat** Competenţe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situaţii reale ale vieţii. Competenţe de a comunica într-un limbaj ştiinţific argumentat. **3. Competenţe acţional-strategice** Competenţe de a-şi proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluţii de rezolvare a situaţiilor-problemă din diverse domenii ale activităţii umane. Competenţe de a acţiona autonom şi creativ în diferite situaţii de viaţă pentru protecţia mediului ambiant. **4. Competenţe digitale, în domeniul tehnologiilor informaţionale şi comunicaţionale (TIC)** Competenţe de a utiliza în situaţii reale instrumentele cu acţiune digitală. Competenţe de a crea documente în domeniul comunicativ şi informaţional şi a utiliza serviciile electronice, inclusiv reţeaua Internet, in situaţii reale. **5. Competenţe interpersonale, civice, morale** Competenţe de a colabora în grup/echipă, a preveni situaţiile de conflict şi a respecta opiniile colegilor. Competenţe de a manifesta o poziţie activă civică, solidaritate şi coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competenţe de a acţiona în diferite situaţii de viaţă în baza normelor şi valorilor moral-spirituale. **6. Competenţe de autocunoaştere şi autorealizare** Competenţe de gândire critică asupra activităţii proprii în scopul autodezvoltării continuă şi autorealizării personale. Competenţe de a-şi asuma responsabilităţi pentru un mod sănătos de viaţă. Competenţe de a se adapta la condiţii şi situaţii noi. **7. Competenţe culturale, interculturale (de a recepta şi de a crea valori)** Competenţe de a se orienta în valorile culturii naţionale şi ale culturilor altor etnii in scopul aplicării lor creative şi autorealizării personale. Competenţe de toleranţă în receptarea valorilor interculturale. **8. Competenţe antreprenoriale** Competenţe de a-şi alege conştient viitoarea arie de activitate profesională.
Finalităţi și performanţe la curs/modul	***La nivel de cunoaştere:*** ➢să definească conceptele cheie, teoriile, noţiunile disciplinei de studii; ➢să reproducă obiectivele, principiile şi metodele disciplinei; ➢să posede definiţii şi semnificaţii a termenilor specifici domeniului; ➢să posede metode de investigare specifice domeniului; ➢să identifice problematica psihologiei educației fizice și sportului; ➢să cunoască soluţiile privind promovarea psihologiei educației fizice și sportului în domeniu. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:*** ➢să analizeze conceptele fundamentale din domeniu; ➢să posede diferite maniere de argumentarea a propriei viziuni; ➢să-şi expună părerea personală referitor la ideile sau ipotezele formulate într-o dezbatere; ➢să fie capabili de a efectua cercetări psihologice în domeniul educației fizice și sportului; ➢să aplice cunoştinţe, capacităţi acumulate în activitatea profesională. ***La nivel de integrare:*** ➢să demonstreze capacităţi de comunicare şi de dezbatere a subiectelor; ➢să aplice principiile gândirii critice şi divergente într-o discuţie despre psihologia educației fizice și sportului; ➢să justifice universul valoric personal şi armonizarea acestuia cu valorile sportului; ➢să-şi dezvolte capacitatea de activitate individuală într-un sistem de activitate sportivă.

<table>
<tr><td rowspan="12">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Psihologia educației fizice și sportului în contextul ştiinţelor educaţiei</td><td>12</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>8</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului.
Tendinţele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului</td><td>12</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>8</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic.
Psihologia performanţei sportive. Conceptul de performanţă. Factorii performanţei sportive</td><td>22</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Reacţiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres</td><td>23</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>19</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Definiţia concursului.
Psihosociologia competiției.
Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs</td><td>22</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conţinut.
Proiectarea pregătirii psihice.</td><td>22</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td><td></td></tr>
<tr><td>8</td><td>Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului. Selecția psihologică în sport.</td><td>23</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>19</td></tr>
<tr><td>9</td><td>Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica şi coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.</td><td>22</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td>10</td><td>Strategii de asistenţă și consiliere psihologică în educația fizică și sport</td><td>14</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare& învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="6">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.
Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="6">Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă şi finală.
1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>Strategii de evaluare</td><td colspan="2">apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</td><td>Nota finală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Nota pentru evaluarea finală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Nota evaluarea curentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Nota lucrul individual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referinţe bibliografice</td><td colspan="2">1. Epuran M., Modelarea conduitei sportive, Bucureşti, Sport – Turism,1990.
2. Epuran M., Psihologia educaţiei fizice şi sportului, Bucureşti, Sport - Turism, 2011.Holdevici I., Psihologia succesului. Bucureşti, Edit. Ceres, 2003.
3. Goleman D. Inteligenţa emoţională - Bucureşti: Curtea Veche. 2001.
4. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, Bucureşti, 1972.
5. Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistenţă psihologică sportivă. În: Materialele conferinţei ştiinţifice internaţionale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015
6. Goncearuc S. Lupuleac V. Influenţa mijloacelor specific educaţiei fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chişinău. 2015.
7. Goncearuc S. Strategii de învăţare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinţei ştiinţifice internaţionale studenţeşti, ediţia a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chişinău USEFS.
8. Goncearuc S., Șaragov N. Comportamentului prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport.Olimpism. Sănătate”, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS
9. Goncearuc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinţei Ştiinţifice Internaţionale „Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învăţământ în domeniul culturii fizice, Chişinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.
10. Goncearuc Sv. Domenii de formare profesională în asistenţa psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinţei ştiinţifice internaţionale. Chişinău: USEFS, 2015.
11. Goncearuc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetiţională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Ştiinţa Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014.
12. Goncearuc Sv., Leşcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii
13. Goncearuc Sv., Tofan Şt. Studiu privind determinarea particularităţilor anxietăţii la sportivi. În: Materialele conferinţei ştiinţifice internaţionale „Probleme actuale ale teoriei şi practicii culturii fizice”, Ediţia a XVIII-a Chişinău: USEFS 16-17 mai 2014
14. Goncearuc Sv., Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, materialele</td></tr>
</table>

Conferinței științifice internaționale 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău.
15. Guţu Vl. Pedagogie. Chişinău: CEP USM, 2013.
16. Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie , autoreglare, performanţă, Bucureşti, ed. Sport-Turism 2008.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		**Teoria și metodologia culturii fizice**					
Denumirea cursului		**Asigurarea ştiinţifico-metodologică a activităţii sportive**					
Titularul cursului		**Triboi Vasile**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codulcursului**	S 02 O.13	**Anul**	I	**Semestrul**	II
Nr.credite	5	**Limbade instruire**	Româna	**Formadeevaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimuldisciplinei (S–componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		**BTCF**	**Numărul total de ore** (pesemestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra_btfc@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	16	12	12	110

Nota de prezentare

Disciplina “Asigurarea stinţinţifico-metodologica a activităţii sportive“ îşi aduce contribuţia la formarea şi dezvoltarea competenţelor-cheie culturale şi interculturale, calităţile viitorului cetăţean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea Curriculumului cu strategiile europene din domeniul culturii fizice, care conduc la formarea unor competenţe integratoare, indispensabile unei societăţi comtemporane.

În procesul de modernizare a Curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:

• experienţele programelor anterioare de predare a disciplinei ASMAS la nivel naţonal, recomandările referitoare la documente elaborate la nivel european şi mondial ca: Recomandările Adunării Parlamentare cu privire la dimensiunea europeană a educaţiei (Recomandarea 1111/1989) şi Memorandumul pentru educaţia permanentă, elaborat de Uniunea Europeană;

• problema formării unor competenţe integratoare la studenţi, care să fie aplicabile în viaţa cotidiană şi în viitoarea profesie;

• contribuţia ASMAS la finalităţile sistemului de învăţământ din republică şi a competenţelor cheie;

• contribuţia disciplinelor de profil specializat la formarea absolventului cu accent pe competenţele care vizează: cunoaşterea, înţelegerea, comunicarea, predarea şi participarea activă a acestuia la rezolvarea problemelor specifice domeniului de recuperare;

• noile oportunităţi de predare–învăţare a disciplinelor de profil;

• necesitatea legăturii interdisciplinare în procesul de predare a

	disciplinei ASMAS. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul științe ale sportului.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Să aibă un obiect precis de studiu sau de cunoaştere, care să-i fie propriu şi recunoscut ca aparţinând ca atare, în mod exclusiv, domeniului respective de cunoaştere şi numai acestuia. 2. Să aibă o metodologie proprie, specifică domeniului respectiv, cu care să opereze „cunoaşterea ştiinţifică" a obiectului cercetat, iar prin acesta să poată explica natura obiectului cunoaşterii sale. 3. Să dispună de un limbaj ştiinţific propriu, specific, care să fie capabil de a exprima volumul de cunoştinţe din domeniul ştiinţei respective, într-o manieră explicit-inteligibilă. 4. Să aibă un scop teoretic, pe care-l urmăreşte şi-l explică, precum şi o utilitate practică, ele răspunzând împreună unor nevoi specifice, pentru a le putea valorifica în viaţa practică; acest aspect priveşte însăşi „validitatea" şi „valoarea" ştiinţei respective. 5. Să se articuleze inteligibil cu alte domenii de cunoaştere ştiinţifică, în sensul de a avea capacitatea de a stabili raporturi logice cu alte ştiinţe, să „ofere" din cunoştinţele sale altor domenii şi să utilizeze pentru sine cunoştinţe din domeniile înrudite. 6. Să fie capabil să realizeze relaţii de interdisciplinaritate cu alte domenii de cunoaştere ştiinţifică, iar din această „combinaţie" să poată rezulta domenii de cunoaştere ştiinţifică sintetică, superioare, noi, cu un orizont de cunoaştere mai larg şi mult mai aprofundat. 7. Să constituie un „câmp de cunoştinţe" specifice, cu un profil propriu, unic, bine determinat şi susţinut de fapte, cu legi proprii; să poată constitui unsistem de cunoştinţe teoretice, o „teorie ştiinţifică" sau un „câmp epistemic" care să aibă în primul rând valoare de „adevăr ştiinţific". 8. Să fie inteligibilă, organizată logic, după un anumit sistem de valori, să accepte schimbări, noutatea, să se îmbogăţească încontinuu şi să fie, la rândul său, creatoare de valori, de cunoştinţe şi de deprinderi practice noi. 9. Să constituie un sistem de informare-instrucţie didactică sau un „sistem pedagogic" de învăţare-cunoaştere, capabil de a transmite cunoştinţe dintr-un domeniu sau despre anumite obiecte, fenomene etc. cu rol de învăţare, realizând în acest scop un act de formare de specialişti în domeniul ştiinţific respectiv. 10. Să aibă principii, legi, reguli proprii, după care să se ghideze şi care să exprime relaţiile sale interne, dar concomitent şi ordinea logică a domeniului de cunoaştere respectivă. 11. Să aibă capacitatea ca, plecând de la cunoştinţele sale teoretice, să dezvolte o activitate practică utilă. 12. Să fie accesibil, deschis şi permisiv înnoirilor şi progresului, putânduse în felul acesta dezvolta. 13. Să aibă capacitatea de a construi un „model teoretic" care să reproducă „obiectul" cunoaşterii ştiinţifice respective (de exemplu, în psihologie - „persoana" sau „personalitatea"; în psihiatrie - „boala psihică" etc.).
Finalități și	La finele acestui curs studenţii vor fi capabili: - să cunoască problemele actuale ale ASMAS.; - să cunoască fenomenul științei și caracteristicile ei; - să definească noţiunile principale ale cercetării științifice; - să cunoască domeniul și sfera științelor umane; -să posede de cunoştinţele şi priceperile pedagogice necesare

<table>
<tr><td>performanțe la curs/modul</td><td colspan="5">specialiştilor din domeniul culturii fizice în activitatea de cercetare ştiinţifică;
- să aplice metode ştiinţifice de obţinere de cunoştinţe;
- să opereze cu metode de cercetare şi cunoaştere în domeniul culturii fizic;
- să cunoască principiile în activitatea de cercetare ştiinţifică ;
- să cunoască formele de organizare şi desfăşurare a activităţilor de cercetare in domeniul EFS;
- să asimileze metodologia activităţii de cercetare ştiinţifică în domeniul culturii fizice.</td></tr>
<tr><td rowspan="11">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>LP</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>Principalele noţiuni privitoare la cercetarea ştiinţifică.Obiectul cercetării în ştiinţa activităţilor corporale</td><td>6</td><td>1</td><td></td><td>1</td><td>4</td></tr>
<tr><td>METODOLOGIA GENERALĂ A CERCETĂRII ŞTIINŢIFICE</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Metodologia.Metoda Tehnici şi procedee de cercetare.Rolul ipotezei în cercetarea ştiinţifică. Măsurarea în cercetare.</td><td rowspan="2">6</td><td rowspan="2">1</td><td rowspan="2">1</td><td rowspan="2"></td><td rowspan="2">4</td></tr>
<tr><td>METODOLOGIA CERCETĂRII ÎN EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT</td></tr>
<tr><td>Metodologia cercetării în educaţia fizică.Metoda observaţiei şi tehnica ei.Metoda experimentală.Metoda anchetei.</td><td>6</td><td>1</td><td></td><td>1</td><td>4</td></tr>
<tr><td>TEHNICA DOCUMENTARII ÎN CERCETAREA ŞTIINŢIFICĂ</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Noţiuni de bibliografie. Căutarea surselor de informare. Indexarea coordonată.Biblioteca personală şi catalogul online.
Surse de referinţă şi publicaţiile anuale retrospective..
Surse de referinţă şi publicaţiile anuale retrospective.Enciclopedii specializate şi dicţionare. Alte resurse de consultat
Enciclopedii specializate şi dicţionare.Alte resurse de consultat.
Indexarea online.Efectuarea de căutări într-o bază de date cheie. Alte metode de căutare.
Resurse în alte biblioteci.Resurse ale Interntet-utui.Motoarele de căutare.
Directoare şi portaluri web. Pagini-cheie ale Academiilor şi</td><td>9</td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td>6</td></tr>
</table>

	Asociaţiilor.					
	ORGANIZAREA ŞI MANAGEMENTUL PROIECTELOR DE CERCETARE ŞTIINŢIFICĂ					
	Tehnici de colectare a datelor.Tehnici de analiză a datelor. Model de Metodologie de Cercetare pentru Ştiinţa Sportului şi Exerciţiului Fizic Conţinutul și forma exerciţiilor fizice de recuperare Cercetarea literaturii, Internetul şi Tehnologia informaţiei Index.Cercetarea ,,în bibliotecă", Internet-ui şi Tehnologia Informaţiei.	9	1	1	1	6
	NOŢIUNI DE STATISTICĂ MATEMATICĂ APLICATE ÎN EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT					
	Exerciţii de întremare generală şi speciale. Indicii clasificării exerciţiilor fizice.Exerciţii sportiv-aplicative. Exerciţii de transmitere a impulsurilor.Caracteristica energetică a exerciţiilor fizice.	9	1	1	1	6
	CERINŢELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCIŢIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	**6**	**1**		**1**	**4**
	BAZA ŞTIINŢIFICĂ A DOMENIULUI CULTURII FIZICE ŞI SPORTULUI DIN REPUBLICA MOLDOVA					
	Priorităţile politicii de stat cu privire la dezvoltarea ştiinţei culturii fizice şi sportului.Crearea condiţiilor pentru dezvoltarea ştiinţei sportului Măsuri de dezvoltare a potenţialului profesional.	9	1	1	1	6
	NOŢIUNI INTRODUCTIVE					
	Principalele noţiuni privitoare la cercetarea ştiinţifică.Obiectul cercetării în ştiinţa activităţilor corporale	9	1	1	1	6
	METODOLOGIA GENERALĂ A CERCETĂRII ŞTIINŢIFICE					

	Metodologia.Metoda.Tehnici şi procedee de cercetare.Rolul ipotezei în cercetarea ştiinţifică.Măsurarea în cercetare.	9	1	1	1	6
	METODOLOGIA CERCETĂRII ÎN EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT					
	Metodologia cercetării în educaţia fizică.Metoda observaţiei şi tehnica ei.Metoda experimentală.Metoda anchetei.	9	1	1	1	6
	TEHNICA DOCUMENTARII ÎN CERCETAREA ŞTIINŢIFICĂ					
	Noţiuni de bibliografie. Căutarea surselor de informare. Indexarea coordonată.Biblioteca personală şi catalogul online. Surse de referinţă şi publicaţiile anuale retrospective. Surse de referinţă şi publicaţiile anuale retrospective.Enciclopedii specializate şi dicţionare. Alte resurse de consultat Enciclopedii specializate şi dicţionare.Alte resurse de consultat. Indexarea online.Efectuarea de căutări într-o bază de date cheie. Alte metode de căutare. Resurse în alte biblioteci.Resurse ale Interntet-utui.Motoarele de căutare. Directoare şi portaluri web. Pagini-cheie ale Academiilor şi Asociaţiilor.	9	1	1	1	6
	ORGANIZAREA ŞI MANAGEMENTUL PROIECTELOR DE CERCETARE ŞTIINŢIFICĂ					
	Tehnici de colectare a datelor.Tehnici de analiză a datelor.Model de Metodologie de Cercetare pentru Ştiinţa Sportului şi Exerciţiului Fizic Conţinutul și forma exerciţiilor fizice de recuperare. Cercetarea literaturii, Internetul şi Tehnologia informaţiei Index.Cercetarea „în bibliotecă”, Internet-ui şi Tehnologia Informaţiei.	6	1	1		4
	NOŢIUNI DE STATISTICĂ MATEMATICĂ APLICATE					

	ÎN EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT					
	Exerciţii de întremare generală şi speciale. Indicii clasificării exerciţiilor fizice.Exerciţii sportiv-aplicative. Exerciţii de transmitere a impulsurilor.Caracteristica energetică a exerciţiilor fizice.	6	1	1		4
	CERINŢELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCIŢIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	6	1		1	4
	BAZA ŞTIINŢIFICĂ A DOMENIULUI CULTURII FIZICE ŞI SPORTULUI DIN REPUBLICA MOLDOVA					
	Priorităţile politicii de stat cu privire la dezvoltarea ştiinţei culturii fizice şi sportului. Crearea condiţiilor pentru dezvoltarea ştiinţei sportului. Măsuri de dezvoltare a potenţialului profesional	6	1	1		4
	Total	150	16	12	12	110

Strategii de predare& învăţare în cadrulcursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.
Strategiideevaluare	Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea iniţială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale,* cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilireanoteifinale(pondereaexprimatăîn%)</td><td>Notafinală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Notapentruevaluareafinală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Notaevaluareacurentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notalucrulindividual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referințe bibliografice</td><td colspan="2">1. Antonelli, F. Metoda convorbirii psihologice a sportului, CNEFS, 1971.
2. Beveridge, W.I. Arta cercetării ştiintifice, Editura Stiintifica, Bucuresti, 1968.
3. Carp Ion, Ababei Radu. Bazele teoretico-metodice ale activităţii de cercetare, USEFS, Chisinau, 224p.
4. Epuran, M. – Metodologia cercetarii activitatilor corporale, Editura FEST, Bucuresti, 2005
5. Gagea, A. Metodologia cercetării ştiinţifice în educaţie fizică şi sport, Editura Fundaţiei “România de Mâine”, Bucureşti, 1999.
6.Gagea A. Tratat de cercetare ştiinţifică în educaţie fizică şi sport. Bucureşti: Discobolul, 2010.- 665 p.
7. M. Epuran, M. Marolicaru. Metodologia cercetării ştiinţifice (ediţia a III a revăzută şi adăugită), Ed. Roprint, Cluj-Napoca.
8.Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării ştiinţifice. Iaşi, Polirom, 2005. 420 p.
9.Moscovici C. BuschiniF. “Metodologia Ştiinţelor socio - umane”, Bucureşti, 2006.
10.Ţapoc V., Capcelea V. Cercetarea ştiinţifică. Ch. Editura Arc, 2008. 312 p.
11.Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)/Univ.de Stat de Educație Fizică și Sport din Moldova; coord.: ManolachiVeaceslav. Ch.: EdituraUSEFS (Tipografia "Valinex", 2012. – 139 p.
12.Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. Омск, 2003.
13. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</td></tr>
</table>

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumireacursului		**Construcția și dezvoltarea sportului pentru toți**					
Titularulcursului		**Triboi Vasile**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codulcursului**	S 02 O.14	**Anul**	I	**Semestrul**	II
Nr.credite	5	**Limba de instruire**	Româna	**Forma de evaluare**			Ex.
Oredecontact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei (S–componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		**BTCF**	**Numărultotaldeore** (pesemestru)**dinplanuldeînvățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		catedra_btfc@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	16	12	12	110

Nota de prezentare

Disciplina **"Construcția și dezvoltarea sportului pentru toți" (CDSPT)** îşi aduce contribuţia la formarea şi dezvoltarea competenţelor-cheie culturale şi interculturale, calităţile viitorului cetăţean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea Curriculumului cu strategiile europene din domeniul culturii fizice, care conduc la formarea unor competenţe integratoare, indispensabile unei societăţi comtemporane.

În procesul de modernizare a Curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:

• experienţele programelor anterioare de predare a disciplinei CDSPTla nivel naţonal, recomandările referitoare la documente elaborate la nivel european şi mondial ca: Recomandările Adunării Parlamentare cu privire la dimensiunea europeană a educaţiei (Recomandarea 1111/1989) şi Memorandumul pentru educaţia permanentă, elaborat de Uniunea Europeană;

• problema formării unor competenţe integratoare la studenţi, care să fie aplicabile în viaţa cotidiană şi în viitoarea profesie;

• contribuţia CDSPT la finalităţile sistemului de învăţământ din republică şi a competenţelor cheie;

• contribuţia disciplinelor de profil specializat la formarea absolventului cu accent pe competenţele care vizează: cunoaşterea, înţelegerea, comunicarea, predarea şi participarea activă a acestuia la rezolvarea problemelor specifice domeniului de recuperare;

• noile oportunităţi de predare–învăţare a disciplinelor de profil;

• necesitatea legăturii interdisciplinare în procesul de predare a disciplinei

	CDSPT. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul științe ale sportului.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Să aibă un obiect precis de studiu sau de cunoaştere, care să-i fie propriu şi recunoscut ca aparţinând ca atare, în mod exclusiv, domeniului respectiv de cunoaştere şi numai acestuia. 1. Să analizeze conceptele fundamentale; 2. Să fie pregătit să ia decizii în timp oportun; 3.Să fie capabil de aşi expune părerea personală referitor ideiile sau ipotezele formulate într-o dezbatere; 4.Ssă aplice cunoştinţe, capacităţi acumulate în provesul de studii şi activitatea profesională. 5. Să manifeste unele capacități mobilizatoare; 6. Să fie capabil de a culștiva unele deprinderi de instructor s-au tehnician; 7. Să demonstreze capacităţi de comunicare şi de dezbatere a subiectelor; 8. Valorificarea optimă şi creativă a propriului potenţial pentru buna desfăşurare a activităţii în şcoală, club, societate, etc. 9. Valorificare optimă şi creativă a propriului potenţial în procesul de organizăare a programelor de fitness. 10. Să fie capabil să realizeze relaţii de interdisciplinaritate cu alte domenii de cunoaştere ştiinţifică, iar din această „combinaţie” să poată rezulta domenii de cunoaştere ştiinţifică sintetică, superioare, noi, cu un orizont de cunoaştere mai larg şi mult mai aprofundat. 11. Să fie inteligibilă, organizată logic, după un anumit sistem de valori, să accepte schimbări, noutatea, să se îmbogăţească încontinuu şi să fie, la rândul său, creatoare de valori, de cunoştinţe şi de deprinderi practice noi. 12. Să constituie un sistem de informare-instrucţie didactică sau un „sistem pedagogic” de învăţare-cunoaştere, capabil de a transmite cunoştinţe dintr-un domeniu sau despre anumite obiecte, fenomene etc. cu rol de învăţare, realizând în acest scop un act de formare de specialişti în domeniul ştiinţific respectiv. 13. Să aibă principii, legi, reguli proprii, după care să se ghideze şi care să exprime relaţiile sale interne, dar concomitent şi ordinea logică a domeniului de cunoaştere respectivă. 14. Să aibă capacitatea ca, plecând de la cunoştinţele sale teoretice, să dezvolte o activitate practică utilă. 15. Să fie accesibil, deschis şi permisiv înnoirilor şi progresului, putânduse în felul acesta să se dezvolte.
Finalități și performanțe la curs/modul	La finele acestui curs studenţii vor fi capabili: - să cunoască problemele actuale ale CDSPT; - să cunoască problemele actuale ale teoriei şi metodologiei culturii fizice ca ştiinţă şi obiect de studiu şi educaţiei pentru sănătate; - să caracterizeze educaţia fizică ca fenomen social şi componentă a procesului educaţional în instituţiile preuniversitare; - să definească noţiunile principale ale teoriei şi metodicii culturii fizice ; - să cunoască şi să respecte principiile sistemului de cultură fizică în cadrul activităţilor de educaţie fizică şi sport; - să posede metodologia de operaţionalizare a obiectivelor curriculare în cadrul activităţilor de educaţie fizică şi sport; - să aplice mijloacele culturii fizice în diverse activităţi desfăşurate cu copiii din învățământul preuniversitar în scopuri instructive şi de asanare; - să opereze cu metodele de instruire în cadrul procesului de formare a sistemului de cunoştinţe teoretice, priceperilor şi deprinderilor motrice, dezvoltării calităţilor motrice;

	- să cunoască particularităţile anatomo-fiziologice, psihice şi motrice de dezvoltare populaţiei de diferite vârste; - să cunoască formele de organizare şi desfăşurare a activităţilor de educaţie fizică cu copiii din instituţiile preuniversitare; - să asimileze metodologia de proiectare a activităţii de educaţie fizică la toate nivelurile de învăţământ; - să cunoască factorii ce determină starea de sănătate a elevilor; - să ducă sistematic evidenţă asupra stării de sănătate şi comportamentului subiecţilor în procesul de organizare şi desfăşurare a activităţilor de educaţie fizică.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	OBIECTIVE GENERALE ALE SPORTULUI PENTRU TOŢI					
	Noţiunea sportului pentru toţi Sport – sănătate – producţie	9	1	2		6
	"SPORTUL PENTRU TOŢI" ÎN REPUBLICA MOLDOVA. REALIZĂRI ŞI PERSPECTIVE					
	Scurt ictoric al culturii fizice şi sportului. Sistemul structurilor sportive din Republica Moldova Situaţia actuală în domeniul culturii fizice şi sportului	9	1	2		6
	IMPORTANŢA SPORTULUI PENTRU TOŢI ÎN ACTIVITĂŢILE PROFESIONALE					
	Sarcinile generale şi speciale în procesul pregătirii fizice pentru activitatea profesională.Mijloacele şi bazele metodicii. Bazele metodice şi formele de organizare.	12	2	2		8
	"SPORTUL PENTRU TOŢI" A COPIILOR ÎN PERIOADA PREŞCOLARĂ					
	Importanţă şi sarcinile sportului pentru toţi în instituţiile preşcolare	12	2		2	8
	CONŢINUTUL ŞI OBIECTIVELE SPORTULUI PENTRU TOŢI ÎN CADRUL ÎNVĂŢĂMÎNTULUI ŞCOLAR					
	Formele de organizare. Cerinţele privind realizarea principiului de întărire a sănătăţii	12	2		2	8
	"SPORTUL PENTRU TOŢI"ÎN SISTEMUL ACTIVITĂŢILOR EXTRAŞCOLARE					
	Particularităţile definitorii	12	**2**		**2**	**8**
	"SPORTUL PENTRU TOŢI" ÎN SISTEMUL ÎNVĂŢĂMÎNTULUI UNIVERSITAR. CONŢINUTUL ŞI OBIECTIVELE					

	Sarcinile şi bazele de organizare Conţinutul şi obiectivele.	18	2	2	2	12
	ÎNSEMNĂTATEA ŞI CONDIŢIILE DE PRACTICARE A SPORTULUI PENTRU TOŢI LA POPULAŢIA ADULTĂ					
	Factorii de bază care determină particularităţile educaţiei fizice a adulţilor	12	**2**		2	**8**
	"SPORTUL PENTRU TOŢI" ÎN CADRUL ÎNTREPRINDERILOR DE PRODUCŢIE					
	Educaţia fizică şi altele forme de utilizare dirijată a culturii fizice în perioada de bază a activităţii de producţie	9	**1**	**2**		**6**
	«SPORTUL PENTRU TOŢI» ÎN VIAŢA OAMENILOR DE VÎRSTĂ ÎNAINTATĂ ŞI A CELOR BĂTRÎNI					
	Îmbătrînirea şi sarcinile utilizării orientate a culturii fizice	15	**1**	**2**	2	**10**
	Total	150	16	12	12	110

Strategii de predare& învăţare în cadrulcursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şi transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.
Strategiideevaluare	Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea iniţială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenţilor masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

	3. ***Evaluarea finală*** sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilireanoteifinale (pondereaexprimată în%)	Notafinală	100%
	Notapentruevaluareafinală	40%
	Notaevaluareacurentă	20%
	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%
	Notalucrulindividual	20%
Referințe bibliografice	1. Buna guvernanță în sport: Monografie / Liliana Budevici-Puiu, VasileTriboi, Anatolie Budevici-Puiu. – Chişinău: S. n., 2020 (Tipogr. "Valinex"). – 239 p.: fig., tab.– Apare cu suportul financiar al proiectului "Concepția integrată a sportului național: buna guvernanță, protejarea minorilor, combaterea dopajului și a corupției". – 100 ex. ISBN 978-9975-68-419-4. 2.Cîrstea Gh. Educaţia fizică. Teoria şi bazele metodicii. - Bucureşti: A.N.E.F.S.. 1996. 3.Firea E. Metodica educaţiei Jhice. - Vol. 1. II. - Bucureşti: IEFS. 1984. 4. Triboi Vasile. Metodologia sportului pentru toți (curs universitar)-Ch.USEFS, 2012 (Topogr.UTM),108 p. ISBN 978-9975-4202-8-0. 5. Triboi Vasile. Teoria și metodica culturii fizice (curs universitar)/VasileTriboi – Chișinău: USEFS, 2020. – 172 – 300 ex. ISBN 978-9975-131-85-8. 6. Triboi Vasile. Teoria șimetodicaeducațieifizice (curs universitar)/VasileTriboi – Chișinău: USEFS, 2020. – 192 – 300 ex. ISBN 978-9975-131-86-5 7.Фурманов А.Г .Юспа М.Б. Оздоровительная физическая культура: Учебник. — Мы.: Тесей. 2003. 8.Фурманов А.Г. Юспа М.Б. Физическая культура трудящихся. - Мн.: Полымяб 1981. 9.Матвеев Л.П.. Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. - В 2-х т. - М.: Физкультура и спорт. 1976. 10. Теория и методика физического воспитания. - В 2-х т. / Пол ред. Т.Ю. Круцевич. - Киев: Олимпийская литература, 2003. 11. Теория и методика физической культуры: Учебник / Пол ред. 1О.Ф. Курамшина. - М. Советский спорт. 2003.	

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	F.03.O.15	**Anul**	II	**Semestrul**	I I I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		**40**	**Studiu individual**	**110**	**Total ore pe semestru**		**150**
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învăţământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra BTCF@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**20**	**12**	**8**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***"Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică"*** are un context interdisciplinar şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, sociologice, culturologice, etc., şi prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competenţelor integrative – gnostice, operaţionale şi valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale şi socioculturale complexe ale societăţii actuale.

În context conceptual programa disciplinei ***"Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică"*** vizează formarea şi perfecţionarea unui sistem de competenţe profesionale şi transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităţilor profesionale şi de cercetare în calitate de profesor de educaţie fizică, antrenori de sport, specialişti în domeniile recreaţiei şi reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea şi calitatea activităţilor de cultură fizică în contextul actualelor abordări ştiinţifice.

Disciplina de studii ***"Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică"*** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţilor de Pedagogie şi de Sport ale Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competenţelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***"Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică"*** vizează soluţionarea următorilor ***obiective generale:***

	- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor învăţare, instruire şi educare. - Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul instruirii acţiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei educaționale domeniului activității motrice în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare şi din esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, reabilitării şi recreării, şi includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul învățământului de cultură fizică.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***"Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică"*** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale****:* 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea bazelor medico-biologice și psihologo-sociologice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului învățământului curricular al culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoaşterea didacticii a sistemelor şi şcolilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 7. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoaşterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalităţii. 9. Cunoaşterea strategiilor şi tacticii activităţii educaţionale, instructive din perspectiva activităţii profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul curricular al învățământului de cultură fizică, strategiilor, scopurilor, obiectivelor și finalităților procesului educațional. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale învățământului curricular de cultură fizică. 5. Proiectarea procesului educaţional orientat spre categoriile rezultative ale învţământului curriicular de cultură fizică – cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, calităţile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor

	inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de construcţia curriculară a învăţământului de cultură fizică. 8. Posedarea principiilor şi metodelor educaționale în desfăşurarea activităţilor didactice din cadrul învăţământului curricular de cultură fizică În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei ***"Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică"*** se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1.** ***Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative şi de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activităţii profesionale a specialistului: 1.***Competenţa conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2.***Competenţa instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3.***Competenţa integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4.***Competenţa contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5.***Competenţa adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalități*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul învățământului curricular al culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare.

	- Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare şi complementare în procesul abordărilor ştiinţifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul învățământului curricular al culturii fizice. ***La nivel de înţelegere şi aplicare:*** - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. - Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. - Capacitatea de promovare şi de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul învățământului curricular al culturii fizice. ***La nivel de integrare:*** - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini şi competenţe în metodologia și etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională Construcții curriculareale învățământului de cultură fizică.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Disciplina ”Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică” ca obiect de abordare științifică și de studiu.	16	2	2		12
	2	Cultura fizică – sistemul pedagogic primordial și integral în apariția, formarea și dezvoltarea ființei/personalității umane.	16	2		2	12
	3	Transpoziţia ştiinţei şi transformaţia teoriei culnurii fizice ca factori de construire a conceptului general în formarea construcțiilor curriculare ale învăţământului de cultură fizică.	20	2		2	16
	4	Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică sub aspectul sistemelor pedagogice „Joc”, „Gimnastica”, „Sport”, „Recreația”.	20	2	2		16
	5	Construcţii curriculare ale învăţământului de cultură fizică sub aspectul componentelor de bază „Cultura fizică de bază/”Educație fizică”, „Cultura fizică sportivă”, „Cultura fizică recreativă”, „Cultura fizică de reabilitare”, ”Cultura fizică adaptivă”	20	2		2	16
	6	Construcția generală conceptuală orientativă a învățământului curricular de cultură fizică.	20	2	2		16
	7	Repere conceptuale a curriculumui de educație fizică. Caracteristica componentelor structurale ale curriculumului școlar de educație fizică.	20	2	2		16
	8	Construcția obiectivelor, competențelor, finalităților și evaluărilor în cadrul	16	2	2		12

		învățământului curricular al culturii fizice.					
	9	Construcții curriculare ale culturii fizicice la diferite trepte de învățământ	16	2	2		12
	9	Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei învățământului de cultură fizică.	16	2		2	12
	10	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul eucațional al învățământului de culturăfizică.	12	2			10
	Total		150	20	12	8	110
Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului	Componentele de bază ale programei la disciplina ***"Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică"*** sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educațional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale și specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general şi special educaţie fizică, sport, reabilitare și rectreație. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul formațiunei profesionale integrative. Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum: - elaborarea şi prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice; - elaborarea *comunicărilor ştiinţifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică. - elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea şi participarea la *discuţii, mese rotunde sau conferinţe* cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la *acţiuni de voluntariat* în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre invăţarea prin cooperare, invăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţământ se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.					

	Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.	
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***"Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică"*** vor fi aplicate: - ***evaluarea pregătirii teoretice generale*** – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei "Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică" ; - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competențelor operaționale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică. Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea iniţială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. ***Evaluarea finală*** sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	1. Babanskii Iu. *K.* Optimizarea procesului de învăţământ. – Bucureşti: Didactica şi Pedagogica, 1986. 2. Branişte G. Proiectarea didactică în cadrul educaţiei fizice şcolare: Note de curs. Chişinău, USEFS. 2016. – 178 p. 3. Dragnea A., Bota A. Teoria activităţilor motrice. Editura didactică şi pedagogică. R.A. Bucureşti, 1999. - 283 p. 4. Dumitriu Gh. Comunicare şi învăţare. - Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1998. 5. Dragnea A. Teoria educaţiei fizice şi sportului. Editura Cartea Şcolii, Bucureşti, 2000. - 241 p. 6. Epuran M. Învăţarea motrică: aplicaţii în activităţile corporale. Bucureşti : Discobolul. 2010. – 463 p. 7. Grimalischi T., Boian I. Educaţia fizică. Ghid de implementare a	

curriculumului modernizat pentru treapta primară şi gimnazială. Editura “Liceum”, Chişinău, 2011. 95 p.

8. Nicolo, Gr. Potenţialul creativ în *profesia didactică*, în *Competenţa didactică*, Perspectivă psihologică (coord. Stroe Marcus), Bucureşti, Editura ALL Educational, 1999

9. Papuc L. Epistemologioa şi praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005.

10. Raţă G. Didactica educaţiei fizice şi sportului. Iaşi. PIM , 2008. 337 p.

11. Raţă G., Carp I. Principii şi metode didactice specifice educaţiei fizice şi sportului/ Bacău: Alma Mater, 2013. 176 p.

12. Salde, D. Competenţă, performanţă, *competiţie*, în *Revista de pedagogie*, nr. 1, 1990

13. Stoica M. Psihopedagogia personalităţii.- Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1996.

14. Stoica M. Pedagogie şi psihologie – pentru examenele de definitivare şi grade didactice. – Craiova: Gh. Alexandru, 2002.

15. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания // Избр. психол. тр.: В 2-х т.т. – М.: Педагогика, 1980. –Т-1.

16. В.П. Беспалько. Слагаемые педагогические технологии. – М.: Педагогика, 1989.

17. Выдрин В.М. *Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем).* – Омск, 2003.

18. Гершунский Б.С. Педагогическая прогностика. – Киев, 1986.

19. Данаил С. Современные проблемы физкультурного образования в контексте разработок теории деятельности и личности // Ştiinţa culturii fizice. – Nr.4. – Chişinău: INEFS, 2006.

20. Клингберг Л. *Проблемы теории обучения.*– М.: Педагогика, 1984.

21. Пономарев Н.А. Социология физической культуры: Учеб.пособие. – СПб.: ГАФК, 1998.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumireacursului		**Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice**					
Titularulcursului		**Arsene Igor**					
Ciclul *(m-master)*	M	**Codulcursului**	F.03.O.16	**Anul**	2	**Semestrul**	III
Nr.Credite	5	**Limbade Instruire**	Română	**Formadeevaluare**			Ex.
Oredecontact Direct		40	**Studiuindividual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimuldisciplinei (F-componenta fundamentală)							F
Catedra		Bazele teoretice ele culturii fizice	**Numărultotaldeore** (pesemestru)**dinplanuldeînvățământ** *(c-curs, s-seminar, l-lucrări practice, li - lucrul individual,p-prelegeri)*				
E-mail		catedra_btcf@mail.ru rogienesra@gmail.com	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			150	20	12	8	110

Disciplina de studii „**Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice**” este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul Educației fizice şi sportului, în cadrul facultăţii de Sport a Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport. Disciplina „**Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice**” este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educaţieşi de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii acompetenţelor, eliminarea erorilor şiimplicaţiilor bazate pe ştiinţa despre măsurători şi calculelematematicii statistice în domeniul educaţiei fizice produse în ultimii ani. Această modificare presupuneelaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat peobiective la modelul axat pe competenţe – un ansamblu/sistem integrat de cunoştinţe, capacităţi,deprinderi şi atitudini dobindite de studenţi prin invăţareşi mobilizate în contexte specifice derealizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu careacesta se poate confrunta în viaţa reală.

Disciplina „**Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice**” îşi aduce contribuţia la formarea şi dezvoltarea competenţelor-cheie ce formează calităţile viitorului cetăţean dintr-un stat democratic. Astfel se realizeazăcompatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educaţiei, care conduc laformarea unor competenţe integratoare, indispensabile unei societăţi democratice.

Educaţia prin„**Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice**” are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor şiabilităţilor necesare pentru a forma cetăţeanul participativ şi responsabil. In acest context, „**Control pedagogic și**

	metrologic în domeniul culturii fizice" naţionalăşiuniversală are menirea de a forma un cetăţean competent cu vederi democratice bazate pe ştiinţa de amăsura, cercetare, măsurare, control, verificare, analiză, calcule matematice care să fie înzestrat peparcursul studiilor cu un ansamblu de competenţefuncţionale ce îi vor permite să facă faţăcerinţelorsocietăţii contemporane. Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ: 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul Educaţie Fizică şi Sport. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sferaEducației Fiziceşi Sport. 3. Aplicarea științei măsurărilor în domeniul Educaţie Fizică şi Sport în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare înEducaţia Fizicăşi Sport. În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activităţi de învăţare, menite să corespundă indicilor calitativi şi cantitativi. Conţinuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru şi a celor de referinţă, fiind structurate în baza principiilor cronologic şi tematic. Sugestiile metodologice şi strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învăţare-evaluare a cunoştinţelor, competenţelorşi dezvoltarea atitudinilor pozitive. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educaţiei FiziceşiSport.În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic şi practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educaţiei Fizice şi Sport.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** CP1-Capacitatea de analiză și sinteză, aplicabilă în orice context professional și social, bazatăpeutilizareaunormetodeștiințificeriguroaseși a resurselorteoretice de informație (cărți, reviste, rapoarte, internet, mass-media); CP2- Capacitatea de a evalua date statistice, studii și rapoarte în cultura fizică şi sport, din punct de vedere al rigorii abordărilor, a importanței temei alese și relevanța pentru practica profesională; CP3- Insușirea diferitelor tehnici de a aplica metode de măsurare avansate în domeniul cercetării culturii fizice şi sportului; CP4- Deprinderi practice de muncă în laborator și utilizarea tehnicilor avansate de analiză, conștientizarea aplicațiilor practice ca o metodă eficientă de învățare; CP5-Abilități de muncă individuală și în echipă, cu planificarea activității și managementul timpului, capacitatea de a proiecta și de a realiza experimente și inovații; CP6-Cunoașterea și respectarea regulile de etică și deontologie pedagogică **Competenţe transversale:** CT1 - Să demonstreze, preocupare pentru perfecţionarea profesională, elaborarea şi prezentarea unor încercări de măsură, calcule ale rezultatelor ştiinţifice, a unor tabele, grafice, prin antrenarea abilităţilor de gândire critică în metrologie şi control pedagogic în cultura fizică şi sport; CT2 - Să demonstreze implicarea în activităţi metrologice şi control pedagogic în cultura fizică şi sport, cum ar fi elaborarea unor articole şi studii de specialitate, având la bază studierea testelor şi normelor, unităţişi sisteme de unităţi de măsură, metode de măsurare, metode de determinare a preciziei măsurărilor, bazele asigurării uniformităţii, preciziei şilegalităţii măsurărilor precum şi evaluarea competenţelorpsihomotrice la sportivi în cadrul lecţiilor de antrenament şicompetiţiilor sportive; CT3 - Să participe la proiecte având caracter ştiinţific, compatibile cu cerinţele

	integrării în învăţământul European.
Finalităţi şi performanţe la curs/modul	**La nivel de cunoaştere:** ➢ să definească noţiunile principale ale disciplinei „Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice” (acumulări planice de date asupra grupului matrtor și experimenta, anchetare prin chestionare, mijloacele tehnice de măsurare și control, motivaţia pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➢ să definească noţiunea de control metrologic și pedagogic în cultura fizică și sport; ➢ să cunoască strategiile de dirijare în cultra fizică și sport; ➢ să identifice specificul activităţii în cultura fizică și sport; ➢ să cunoască care este specificul domeniul culturii fizce și sport; ➢ să cunoască particularităţileControlului pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”; ➢ să cunoască aspectele conceptuale ale Controlului pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”. **La nivel de înţelegereşi aplicare:** ➢ să determine motivele care îl fac pe masterand să aplice știința măsurărilor; ➢ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➢ să determine care sunt factorii ce influenţează asupra organismului uman și să găsească metode pentru dirijarea acestora; ➢ să aplice cunoştinţeleşicapacităţile acumulate în timpul practicii de specialitate. **La nivel de integrare:** ➢ să ţină seama de aspectele economico - finaciareși asupra menegmentul sistemului de cultură fizică în timpul practicii de specialitate; ➢ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare și dirijare a activităţiiculturii fizice și sport; ➢ să poată găsi corelația dintre știința măsurărilor și rezultaele obținute în cultura fizică și sport; ➢ să aplice cunoştinţele teoretice obținute în cadrul disciplinei„Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	C	S	LP	LI
	1	Introducere în control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice și sport	25	2	2	1	15
	2	Bazele teoriei măsurărilor în cultura fizică şi sport. Bazele teoriei testelor.	25	2	2	1	15
	3	Bazele teorie evaluărilor şi normele. Metodele culegerii informaţiei despre estimarea cantitativă a indicilor calitativi. Cvalimetria.	20	4	2	1	15
	4	Metode statistice de prelucrare a rezultatelor măsurărilor.	20	2	2	1	15
	5	Elementele matematicii statistice.	20	2	1	1	15
	6	Controlul în domeniul metrologiei şi controlului pedagogic în CF şi S. Controlul calităţilor speciale în domeniul metrologiei şi controlului pedagogic în CF şi S.	20	4	2	2	20
	7	Controlul asupra tehnicii şi tacticii.	20	4	1	1	15
	Total		150	20	12	8	110

<table>
<tr><td>Strategii de predare&învăţare în cadrulcursului/modulului</td><td colspan="2">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecţiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecţii practice de reluare şi aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelaţiilor intra-inter şitransdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.
Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicaţie cât şi de complementaritate funcţională. Astfel, strategiile şi tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</td></tr>
<tr><td>Strategiideevaluare</td><td colspan="2">Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: iniţială, curentă şi finală.
1. Evaluarea iniţială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale, cunoştinţele, abilităţileşicompetenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.
2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şilucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţeleşicapacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">Stabilireanoteifinale(pondereaexprimatăîn %)</td><td>Notafinală</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>Notapentruevaluareafinală</td><td>40%</td></tr>
<tr><td>Notaevaluareacurentă</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notadelaactivitatealaprelegerişiseminare</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Notalucrulindividual</td><td>20%</td></tr>
<tr><td>Referinţe bibliografice</td><td colspan="2">1. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări şi răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenţii USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educaţiei al Republicii Moldova –Chişinău:”Valinex”SRL. 2010.-160p.
2. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenţii USEFS (întrebări şi răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educaţiei al Republicii Moldova –Chişinău: ”Valinex” SRL. 2011.-112p.
3. Arsene I.A. Metrologia sportivă(dicţionar ghid). Material didactic referativ pentru studenţiiinstituţiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch.Valinex, 2014. - 274 p.
4. Arsene I.A. Metrologia sportului (concepţii generale). Material didactic referativ pentru studenţiiinstituţiilor de educaţie fizică şi sport.-Ch.: USEFS, 2013 (Tipografia „Valinex”).,- 51 p.
5. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chişinău: USEFS, 2007. – 152 p.
6. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). Programa pentru facultăţile de educaţie fizică şi sport. - Chişinău: USEFS, 2007. – 30</td></tr>
</table>

	p 7. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituţiile de cultură fizică facultatea fără frecvenţă. - Chişinău: INEFS, 2004. – 58 p. 8. Arsene I.A. Mijloace tehnice de instruire. Material didactic-referativ pentru instituţiile de cultură fizică. - Chişinău: INEFS, 2002. – 69 p 9. Arsene I.A. Proiecte didactice la disciplina „Metrologia sportivă". Chişinău ., USEFS., 2012, Catedra „Teoria şi Metodica Culturii Fizice".format electronic. 10. Arsene I.A.Metrologia sportului : Caiet de seminare : (pentru studenţi) / Arsene Igor ; Univ. de Stat de Educaţie Fizică şi Sport, Catedra Teoria şi Metodica Culturii Fizice. – Chişinău : USEFS, 2015. – 36 p. 11. BNS. Anuarul statistic al Republicii Moldova, 2020. 12. Literatură facultativă (selectivă): 13. ДемченкоП.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры.Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIŞA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		***TEORIA ŞI METODOLOGIA CULTURII FIZICE***					
Denumirea cursului		**Psihofiziodiagnostica**					
Titularul cursului		**Danail Serghei**					
Ciclul *(M-master)*	M	**Codul cursului**	S.03.A.18	**Anul**	I	**Semestrul**	I I I
Nr. credite	5	**Limba de instruire**	Româna/Rusa	**Forma de evaluare**			Ex.
Ore de contact direct		40	**Studiu individual**	110	**Total ore pe semestru**		150
Regimul disciplinei S – (componentă de orientare spre o spcialitate)							S
Catedra		Bazele teoretice ale culturii fizice	**Numărul total de ore** (pe semestru) **din planul de învățământ** *(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)*				
e-mail		Catedra_ btcf@mail.ru	**Total**	**C**	**S**	**L/P**	**LI**
			110	**20**	**12**	**8**	**110**

Nota de prezentare

Disciplina ***„Psihofiziodiagnostica”*** are un context interdisciplinar aplicativ şi este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., și prin potenţialul său educaţional al propriilor concepte trebuie să contribuie, într-o măsură adecvată, la formarea competențelor integrative – gnostice, operaționale și valorico-atitudinale ale specialistului, orientate spre integrarea acestuia în activităţile profesionale și socioculturale complexe ale societăţii actuale.

În context conceptual programa disciplinei ***„Psihofiziodiagnostica”*** vizează formarea şi htrfrcționfrea unui sistem de competenţe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-ştiinţifică şi metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și de cercetare în calitate de profesor de educație fizică, antrenori de sport, specialiști în domeniile recreației și reabilitării, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări ştiinţifice.

Disciplina de studii **„Psihofiziodiagnostica”** este parte componentă a ştiinţelor prevăzute în planul de învăţământ, în vederea pregătirii specialiştilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăţilor de Pedagogie și de Sport ale Universităţii de Stat de Educaţie Fizică şi Sport.

Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului ***„Psihofiziodiagnostica”*** vizează soluționarea următorilor ***obiective generale:***

- Să formeze un sistem de cunoştinţe despre esenţa categoriilor învăţare,

	instruire şi educare. - Să asigure însuşirea legităţilor didactice în sistemul instruirii acţiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale. Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare şi din esenţa metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educaţiei fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competenţe investigaţionale ghidînd masterandulul spre: valorificarea potenţialului existent al sistemului educaţional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat. Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competenţelor investigaţionale. În conformitate cu planul de învățământ studenţii masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic şi practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	**Competenţe profesionale:** Programa cursului ***„Psihofiziodiagnostica”*** vizează finalităţi de studii *şi* ***competenţe descriptori de nivelul ciclului Masterat.*** ***Competenţe generale:*** 1. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca ştiinţă. 2. Cunoaşterea bazelor psihologice și medico-biologice ale activităţii motrice. 3. Cunoaşterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice şi formării personalităţii. 4. Cunoaşterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării ştiinţifice în domeniu. 5. Realizarea programelor şi proiectelor de cercetare/activitate profesională. 6. Cunoaşterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalităţii. 7. Cunoaşterea tehnologiilor de diagnosticare și de evaluare a activităţii educaţionale din perspectiva eficientizării proceselor ale acesteea. 8. Realizarea controlului și evaluării obiective privind eficiența influențelor pedagogice în cadrul activităților de educație fizică, sport, recreație și de reabilitare. ***Competenţe specifice:*** 1. Adaptarea conţinuturilor educaţionale ale culturii fizice în activităţile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învăţarea, instruirea şi educarea în activităţile educaţionale. 3. Utilizarea legităţilor dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalităţii. 4. Înţelegerea aspectelor multiple ce ţin de categoriile principale educaţionale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educaţional obazat pe tehnologiile de diagnosticare și de evaluare orientat spre perfecționarea nivelului al performanțelor estimate. 6. Elaborarea proiectului de cercetare ştiinţifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepţiilor ce ţin de legităţile învăţării acţiunilor motrice. În cadrul conţinutului educaţional al disciplinei **„Psihofiziodiagnostica”** se oferă căile de formare la studenţi a competenţelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcţională a activităţii pedagogice. **1. *Componenta/competența gnostică*** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităţilor de autoinstruire - autoperfecţionare prin sistemul de sarcini ale activităţii instructive independente: lecţii-seminare şi de laborator, ce vizează practicarea cunoştinţelor la nivelul conştientizat, fiind baza ştiinţifico-metodică pentru activităţile de auto-perfecţionare

	orientată. **2.** ***Componenta/competența de proiectare*** - competențele pedagogice orientate spre însuşirea activităţilor de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educaţiei fizice din sistemul de învăţământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecţii - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice. **3.** ***Componenta/competența constructivă*** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conţinuturilor didactice din cadrul lecţiilor şi activităţilor educative-formative în corespundere cu situaţiile pedagogice şi formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activităţii predare-instruire prin diverse mijloace ale educaţiei fizice. **4.** ***Componenta/competența organizatorică*** - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educaţie fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităţilor în cadrul lecţiilor practice şi de laborator. **5.** ***Componenta/competența comunicativă*** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice şi formarea relaţiilor comunicative cu elevii şi societatea, spre intermedierea diferitor situaţii pedagogice educaționale (lecţii metodice, seminare). **6.** ***Componenta/competența motrică*** - competențele pedagogice de predare, reproducere şi producere teoretică şi practică a structurii biomecanice - didactice a exerciţiilor analitice, construirea lor în sisteme operaţionale, orientate spre formarea calităţilor fizice, priceperilor psihomotrice şi aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componentei activităţii pedagogice motrice se realizează în cadrul lecţiilor teoretice, metodice şi de laborator. În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară şi de standardizare în elaborarea conţinuturilor educaţionale, care vizează sistemul nivelar competenţional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului: 1.***Competența conceptuală*** (cunoaşterea bazei conţinutului). 2.***Competența instrumentală*** (posedarea tehnologiilor de operaţionalizare). 3.***Competența integrativă*** (abilitatea de a implementa cunoştinţele). 4.***Competența contextuală*** (priceperi şi deprinderi de a realiza activităţile în contextul condiţiilor reale). 5.***Competența adaptivă*** (abilităţi de anticipare, de prognozare şi de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru şi de referinţă şi ca urmare aceasta se va reflecta asupra reuşitei studenţilor.
Finalități și performanțe la curs/modul	Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele ***finalități*** ***La nivel de cunoaştere:*** - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistemice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoaşterea noţiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile şi metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. ***La nivel de înțelegere şi aplicare:*** - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. - Capacitatea de aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. - Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fzice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. ***La nivel de integrare:*** - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a

<table>
<tr><td></td><td colspan="7">rezultatelor cercetărilor ştiinţifice cu aplicarea metodelor şi tehnologiilor informaţionale moderne.
- Aptitudini şi competenţe în metodologia şi etica cercetării ştiinţifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educaţe fizică”, ”Sport”, ”Recreaţie” şi ”Reabilitare”.</td></tr>
<tr><td rowspan="10">Tematica şi repartizarea orelor la curs/modul</td><td rowspan="2">N/o</td><td rowspan="2">Conţinuturile unităţii de curs/modul</td><td colspan="5">Numărul de ore</td></tr>
<tr><td>Total</td><td>Curs</td><td>Seminar</td><td>L/P</td><td>LI</td></tr>
<tr><td>1</td><td>Obiectul de studiu şi conţinutul psihofiziodiagnosticii în cultura fizică şi sport.</td><td>16</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Psihofiziodiagnostica în orientarea profesională şi în selecţia sportivă.</td><td>16</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Componentele structurale ale personalităţii sportivului.</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Specificul examinărilor proceselor psihice şi fiziologice în activităţile de cultură fizică: sport, educaţia fizică, recuperare.</td><td>20</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td><td>12</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Examinarea personalităţii sportivului (elevului) în sistemul relaţiilor sociale</td><td>32</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td><td>24</td></tr>
<tr><td>6</td><td>Metodologiile şi tehnologiile de examinare-diagnosticare şi de evaluare a proceselor psihice</td><td>16</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>12</td></tr>
<tr><td>7</td><td>Metodologiile şi tehnologiile de examinare-diagnosticare şi de evaluare a proceselor psihomotrice</td><td>18</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>14</td></tr>
<tr><td>8</td><td>Metodologia abordării ştiinţifice în cadrul teoriei psihofiziodiagnosticii</td><td>18</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>14</td></tr>
<tr><td colspan="2">Total</td><td>150</td><td>20</td><td>12</td><td>8</td><td>110</td></tr>
<tr><td>Strategii de predare-învăţare în cadrul cursului/modulului</td><td colspan="7">Componentele de bază ale programei la disciplina ”Psihofiziodiagnostica” sunt reprezentate de strategiile didactice utilizate în cadrul procesului educaţional, orientate spre realizarea eficientă a obiectivelor generale şi specifice. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoaşterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general şi special educaţie fizică, sport, reabilitare şi rectreaţie. Masteranzii vor fi motivaţi să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-şi formeze competenţe gnostice, operaţionale şi valorico-atidunale la nivelul formaţiunei profesionale integrative.
Demersul educaţional, orientat spre formarea de competenţe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relaţia profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid şi moderator, partener şi consilier, creator de situaţii de învăţare şi promotor de cunoştinţe în domeniul didacticii acţiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un şir de competenţe integrative, precum:
- elaborarea şi prezentarea comunicărilor orale scrise cu conţinut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educaţiei fizice;
- elaborarea comunicărilor ştiinţifice bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate şi prezentarea lor publică.
- elaborarea unor miniproiecte de cercetare privind perfecţionarea şi valorificarea sistemului de educaţie fizică în conformitate cu direcţiile prioritate ale catedrelor USEFS;
- organizarea şi participarea la discuţii, mese rotunde sau conferinţe cu studenţii din alte grupe şi membri ai comunităţii la diverse subiecte din domeniul culturii fizice;
- participarea la acţiuni de voluntariat în instituţiile preuniversitare cu care colaborează USEFS.
Conţinutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi</td></tr>
</table>

	parteneri ai procesului educaţional: *profesor* şi *masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învăţarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbaterea argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea invăţării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate şi argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic. *Masteranzii* se vor orienta spre invăţarea prin cooperare, invăţarea în contexte formale şi nonformale, transferul de cunoştinţe etc. Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcţie de mai mulţi factori (condiţiile instituţiei, particularităţile de virstă şi individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele şi procesele specifice teoriei şi metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenţilor. În funcţie de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecţii), analizei şi sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învăţării prin descoperire, instruirii diferenţiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învăţămint se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc. Sugestiile metodologice sunt modalităţi puse în aplicare în relaţiile dintre profesor – student şi student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unităţi de conţinuturi, modalităţi de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.
Strategii de evaluare	Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însuşirii conţinutului disciplinei ***"Psihofiziodiagnostica"*** îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale şi de referinţă în conformitate cu particularităţile individuale şi nivelul de însuşire a cunoştinţelor de către masteranzi Astfel, la disciplina ***"Psihofiziodiagnostica"*** vor fi aplicate: - ***evaluarea pregătirii teoretice generale*** – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei "Psihofiziodiagnostica; - ***evaluarea prin teste docimologice*** – un set de întrebări teoretice cu ajutorul căruia se verifică şi se evaluează nivelul asimilării cunoştinţelor şi a capacităţilor de a opera cu ele; - ***evaluarea competenţelor operaţionale*** - de a desfăşura diverse activităţi cu elemente de cercetare/creaţie în cadrul procesului instructiv – educativ şi stagiilor de practică. Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *iniţială, curentă şi finală.* 1. ***Evaluarea iniţială/*** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităţilor de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenţilor masteranzi pentru cursul preconizat, potenţialul de învăţare la începutul unei noi activităţi. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversaţie, expuneri orale*, cunoştinţele, abilităţile şi competenţele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a şti dacă sunt apţi să se integreze cu şanse de reuşită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. ***Evaluarea curentă*** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare), şi *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaşte dacă şi în ce măsură obiectivele privind cunoştinţele şi capacităţile ce trebuiau însuşite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoaşterea progreselor studentului masterand, cât şi identificarea dificultăţilor de învăţare pe care le întâmpină. Pornind de la esenţa evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. ***Evaluarea finală*** sumativă/scrisă, de bilanţ se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conţin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaştere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri şi seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referinţe bibliografice	1. Baciu C. Anatomia funcţională şi biomecanica aparatului locomotor. – Bucureşti: Sport-Turism, 1977. 2. Demeter A. Bazele fiziologice şi biochimice ale formării deprinderilor motrice. – Bucureşti: Sport-Turism, 1982. 3. Dragnea A. Teoria activităţilor motrice. – Bucureşti, 1999. 4. Epuran M. Psihologia educaţiei fizice. - Bucureşti: Sport Turism, 1976. 5. Epuran M. Învăţarea motrică. - Oradea: Editura Universităţii, 2002. 6. Epuran M. Metodologia cercetării activităţilor corporale / - Ed. 2-a.- Bucureşti: Fest, 2005. 7. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor şi problemele teoretice ale psihologiei. // Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - Bucureşti: 1961. 8. Mărgineanu N. Selecţia şi orientarea profesională. – Bucureşti: Didactică şi Pedagogică, 1972. 9. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - Bucureşti: Ştiinţifică, 1971. 10. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т. – М.: Педагогика, 1980. 11. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – В кн.: П.К. Анохин. Избранные труды. – М., 1978. 12. Волков. Б. С. Методология и .методы психологического исследования / Б. 13. Бернштейн Н. А.Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина, 1966. 14. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002. 15. Круцевич Т.Ю., Воробьев М.И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. – Киев: НУФВиС Украины, 2005. 16. Зимкин Н.В. Двигательный навык. – М., 1970. 17. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М.: ИПЛ, 1977. 18. Мазниченко В.Д. Двигательные навыки в спорте. – Малаховка: МОГИФК, 1981. 19. Малкин В. Р., Рогалева Л. Н. Психотехнологии в спорте : [учеб. пособие] / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; [науч. ред. В. Н. Люберцев]. - Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2013. - 96 с. 20. Матвеев Jl. П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. 21. Методики психодиагностики в спорте: Учеб. пособие / В.Л. Марищук Ю.М. Блудов В.А. Плахтиенко, Л.К. Серова: 2-е изд., доп. испр.- М.: Просвещение, 1990. 22. Соколова И.Т. Проективные методы исследования личности. – М., 1980. 23. Немов Р. С. Психология : в 3 кн. - Кн. 3 : Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики / Р С. Немов. - М., 2003. 24. Сопов В. Ф. Методы измерения психического состояния в спортивной деятельности / В. Ф. Сопов. - Самара, 2004.