

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



CATALOGUL CURSURILOR

PROGRAMELOR DE STUDII SUPERIOARE DE MASTER

CHIȘINĂU 2022

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI
Ciclul II (MASTERAT), 120 credite**

**CATALOGUL CURSURILOR
în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 15 ianuarie 2019,
număr de înregistrare ISM-01-18670**



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIE A EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Epistemologia și metodologia cercetării					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.001	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 și 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	<u>catedra- tmcf@mail.ru</u>	Total	C	S	L/P	LI	
		110	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul disciplinei este orientat spre formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru domeniul educației fizice și sportului, capabili de a planifica, proiecta, realiza și monitoriza calitatea serviciilor educaționale prestate</p> <p>Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării pedagogice în domeniul educației fizice și sportului, vizînd practica investigațională și educațională.</p> <p>Conținuturile incluse în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul psihopedagogiei educației fizice și sportului.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului în domeniul psihopedagogiei educație fizice și sportului; * Aplicarea fundamentelor epistemologice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului psihopedagogie și educație fizică pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul științelor educației la programul psihopedagogia educației fizice și sportului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei culturii fizice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea în domeniul educației fizice și sportului. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * cunoașterea surselor științifice și normative de documentare privind asigurarea calității prin dezvoltarea, planificarea, implementarea și monitorizarea permanentă a activităților de cercetare științifică din domeniul psihopedagogiei educației fizice și sportului; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul educației fizice și sportului, tendințele de dezvoltare ale acestora, cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul de abordare științifică a problemelor actuale de cercetare în domeniul educației fizice și sportului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să operaționalizeze cu principiile calității în educație fizică și sport, axate pe acordarea de servicii educaționale și de cercetare eficiente, accesibile, comprehensive, sustenabile, centrate pe nevoile individuale ale beneficiarului; * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul psihopedagogiei fizice și sportului; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să aplice cunoștințele epistemologice /teoretice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea profesorului; * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; * să prezinte și să interpreteze rezultatele proiectelor de cercetare realizate în cadrul unor manifestări științifice; * să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul pedagogiei, psihologiei educației fizice și sportului. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Epistemologia – teoria cunoașterii științifice (ramură a metaștiinței)	16	2	2	12
	2	Domeniul cunoașterii științifice –aspecte epistemologice	16	2	2	12
	3	Gândirea în activitatea de cercetare	16	2	2	12

Tematica și repartizarea orelor la curs		științifică				
	4	Tipologiile și clasificarea științelor umane	16	2	2	12
	5	Epistemologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	20	3	2	15
	6	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul educației fizice și sportului	16	2	2	12
	7	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul educației fizice și sportului	20	3	2	15
	8	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	20	2	3	15
	9	Deontologia cercetării științifice	10	2	1	5
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.					

2. Guțu VI., Integrarea științei și învățământului superior. Concepții. Orientări. Strategii, Chișinău, 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 științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p.
5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 420 p.
6. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.
7. Rotariu, T., Iluț P.: *Ancheta sociologică și sondajul de opinie*, Ed. Polirom, Iași, 1997
8. Popper, Karl, R.: *Logica cercetării*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981
9. Durkheim Emile . Formele elementare ale vieții religioase, Polirom, Iași, 1995, pag.380-408
10. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p. 2003.
11. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.
12. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București, 2006
13. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 207 p.
14. Țapoc V., Sarcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.
15. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании/ «Физкультура и спорт» Москва, 1988. – 269с.
16. Введение в научное исследование по педагогике: Учеб. пособие для студентов пед. нн-тов/Ю.К. Бабанский, В.И. Журавлев, В.К. Розов и др.; Под ред. В.И. Журавлева. - М.: Просвещение, 1988.
17. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, П. В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Psihologia educației fizice și sportului					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmeret Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.002	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	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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia educației fizice și sportului” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 <i>Psihopedagogia educației fizice și sportului, Master de profesionalizare</i> pentru calificarea și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiile didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia educației fizice și sportului” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina „Psihologia educației fizice și sportului” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a catedrei și are menirea să-și aducă contribuții specifice la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p>						
Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare							

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studii; ➤ să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; ➤ să posede definiții și semnificații a termenilor specifici domeniului; ➤ să posede metode de investigare specifice domeniului; ➤ să identifice problematica psihologiei educației fizice și sportului; ➤ să cunoască soluțiile privind promovarea psihologiei educației fizice și sportului în domeniu. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze conceptele fundamentale din domeniu; ➤ să posede diferite maniere de argumentarea a propriei viziuni; ➤ să-și 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 cunoștințe, capacități acumulate în activitatea profesională. <p><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să demonstreze capacități de comunicare și de dezbatere a subiectelor; ➤ să aplice principiile gândirii critice și divergente într-o discuție despre psihologia educației fizice și sportului; ➤ să justifice universul valoric personal și armonizarea acestuia cu valorile sportului; ➤ să-și dezvolte capacitatea de activitate individuală într-un sistem de activitate sportivă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Psihologia educației fizice și sportului în contextul științelor educației	10	1	1	8
	2	Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului. Tendințele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului	10	2	2	8
	3	Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic. Psihologia performanței sportive. Conceptul de performanță. Factorii performanței sportive	20	2	1	17
	4	Reacțiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres	20	2	2	16
	5	Definiția concursului. Psihosociologia competiției. Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs	20	1	2	17
	6	Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conținut. Proiectarea pregătirii psihice	10	2	2	4
	7	Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport	10	2	2	6
	8	Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului	10	2	2	6
	9	Selecția psihologică în sport.	10	2	2	6
	10	Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica și coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.	20	2	2	16
	11	Strategii de asistență și consiliere psihologică în educația fizică și sport	10	2	2	6
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Epuran M., Modelarea conduitei sportive, București, Sport – Turism, 1990. 2. Epuran M., Psihologia educației fizice și sportului, București, Sport - Turism, 2011. Holdevici I., Psihologia succesului. București, Edit. Ceres, 2003. 3. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 4. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 5. Gonțearuc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015 6. Gonțearuc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. 7. Gonțearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studentești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. 8. Gonțearuc S., Șaragov N. Comportamentul 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. Gonțearuc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014. 10. Gonțearuc Sv. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. 11. Gonțearuc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014. 12. Gonțearuc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii 13. Gonțearuc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 14. Gonțearuc Sv., Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive 											

	<p>competiționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, materialele Conferinței științifice internaționale 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău.</p> <p>15.Guțu Vl. Pedagogie. Chișinău: CEP USM, 2013.</p> <p>16.Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie , autoreglare, performanță, București, ed. Sport-Turism 2008.</p>
--	--



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Teoria și metodică educației fizice liceale					
Titularul cursului		Danail Serghei					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.003	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@mai l.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Teoria și metodică educației fizice liceale” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „Teoria și metodologia educației fizice liceale” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de psihopedagog, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de educație fizică la nivelul învățământului liceal în contextul actualelor abordări științifice ale domeniului psihologo-pedagogic.</p> <p>Disciplina de studii „Teoria și metodologia educației fizice liceale” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „Teoria și metodologia educației fizice liceale” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare în cadrul teoriei și metodologiei educației fizice din sistemul de</p>						

	<p>învățământ școlar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul educațional al educației fizice liceale orientate spre formarea psihosocială a personalității adolescentului . - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei educației fizice liceale în activitățile educaționale. <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul psihopedagogiei educației fizice includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului de psihopedagogie în domeniul educației fizice la nivelul învățămîntului liceal.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Teoria și metodică educației fizice liceale</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice de bază/educației fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor fiziologice, psihologice și pedagogice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice liceale în plan culturologic, acmeologic, pedagogic, psihologic, managerial, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. <p>Realizarea programelor și proiectelor de cercetare.</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității prin activitățile motrice co orientare de psihosocializare a personalității. 8. Realizarea principiilor didactice, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului educațional în sistemul de pregătire a personalității adolescentului pentru încadrarea reușită în diverse activități socio-culturale ale societății moderne. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-culturale și de orientare profesională a personalității elevului din ciclul liceal de învățămînt. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale orientate spre formarea socio-profesională a personalității adolescentului. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice de formare psihosocială a personalității în cadrul procesului educațional al culturii fizice din sistemul de învățămînt liceal. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice cu orientare aplicativă în formarea diverselor calități de personalitate la elevii din ciclul liceal de învățămînt. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică cu aspect aplicativ – cunoștințele, priceperile și

deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile necesare personalității adolescentului pentru realizarea reușită a obiectivelor ale activității socioculturale.

6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare.

7. Determinarea etapelor de învățare/însușire a acțiunilor și activităților mentale/motrice în formarea bazei orientative a conduitei psihosociale.

8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile ale procesului educațional de educație fizică liceală în plan pedagogic, psihologic și sociologic.

9. Posedarea principiilor și metodelor de formare a competențelor gnostice, operaționale și valorico-atitudinale în învățare cu orientare socio-culturală și profesional-aplicativă prin conținuturi educaționale ale culturii fizice din învățământul liceal.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria și metodologia educației fizice liceale*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.

1. Componenta/competența gnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ liceal, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice liceale.

4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelat competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. **Competența conceptuală** (cunoașterea bazei conținutului).

2. **Competența instrumentală** (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).

3. **Competența integrativă** (abilitatea de a implementa cunoștințele).

4. **Competența contextuală** (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale).

5. **Competența adaptivă** (abilități de anticipare, de prognozare și de

	<p>programare).</p> <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>																																																														
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i></p> <p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul Culturii fizice profesional-aplicative. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională. 																																																														
			<p>Numărul de ore</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Disciplina „Teoria și metodologia educației fizice liceale ca obiect de abordare științifică și de studiu”.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Cultura fizică ca un fenomen culturologic și sociopsihologic. Bazele teoretice privind formarea culturii fizice de personalitate.</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Contextul fiziologic, psihologo-pedagogic și pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Contextul integrativ factorial care determină reușita educațională din cadrul educației fizice liceale.</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza orientativă pentru educația fizică liceală.</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Referințe conceptuale teoretice ale curriculumului la disciplina educație fizică pentru clasele liceale.</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Referințe proiective ale curriculumului la disciplina „Educație fizică” pentru clasele X-XII</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Referințe metodologice și procesuale ale curriculumului la disciplina educație</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table>				N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Disciplina „Teoria și metodologia educației fizice liceale ca obiect de abordare științifică și de studiu”.	12	2	2	8	2	Cultura fizică ca un fenomen culturologic și sociopsihologic. Bazele teoretice privind formarea culturii fizice de personalitate.	16	2	2	12	3	Contextul fiziologic, psihologo-pedagogic și pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	16	2	2	12	4	Contextul integrativ factorial care determină reușita educațională din cadrul educației fizice liceale.	14	2	2	10	5	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza orientativă pentru educația fizică liceală.	16	2	2	12	6	Referințe conceptuale teoretice ale curriculumului la disciplina educație fizică pentru clasele liceale.	16	2	2	12	7	Referințe proiective ale curriculumului la disciplina „Educație fizică” pentru clasele X-XII	14	2	2	10	8	Referințe metodologice și procesuale ale curriculumului la disciplina educație	14	2	2
N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore																																																													
		Total	Curs	Seminar	LI																																																										
1	Disciplina „Teoria și metodologia educației fizice liceale ca obiect de abordare științifică și de studiu”.	12	2	2	8																																																										
2	Cultura fizică ca un fenomen culturologic și sociopsihologic. Bazele teoretice privind formarea culturii fizice de personalitate.	16	2	2	12																																																										
3	Contextul fiziologic, psihologo-pedagogic și pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	16	2	2	12																																																										
4	Contextul integrativ factorial care determină reușita educațională din cadrul educației fizice liceale.	14	2	2	10																																																										
5	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza orientativă pentru educația fizică liceală.	16	2	2	12																																																										
6	Referințe conceptuale teoretice ale curriculumului la disciplina educație fizică pentru clasele liceale.	16	2	2	12																																																										
7	Referințe proiective ale curriculumului la disciplina „Educație fizică” pentru clasele X-XII	14	2	2	10																																																										
8	Referințe metodologice și procesuale ale curriculumului la disciplina educație	14	2	2	10																																																										
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>																																																															

	fizică pentru clasele X – XII.				
9	Diagnostica și controlul pedagogic în cadrul activităților de educație fizică din învățământul liceal.	16	2	2	12
10	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei educației fizice liceale.	16	2	2	12
Total		150	20	20	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale programei la disciplina „<i>Teoria și metodică educației</i>” 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizice liceale cu orientare socioculturală în formarea personalității adolescentului. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul calității integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul educațional al culturii fizice din cadrul învățământului liceal. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cât mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a</p>				

	procesului de instruire cu elemente de cercetare.	
Strategii de evaluare	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei „<i>Teoria și metodologia educației fizice liceale</i>” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi Astfel, la disciplina „<i>Teoria și metodologia educației fizice liceale</i>” vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „Teoria și metodologia educației fizice liceale”; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărui se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu C. Educație fizică în liceu. București, 1981. – 417 p. 2. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 3. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982. 4. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999. 5. Educație fizică: Curriculum național: Clasele 10-12 : Curriculum disciplinar : Ghid de implementare / Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova; coordonatori: Angela Cutasevici [et al.], Valentin Crudu, Vasile Onica; grupul de lucru: Nicolae Bragarenco (coordonator) [et al.]. – Chișinău : Lyceum, 2020 (F.E.-P. "Tipografia Centrală"). – 108 p. 6. Epuran M. Psihologia educației fizice. - București: Sport Turism, 1976. 7. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 2002 8. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a. București: Fest, 2005. 9. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. 	

Studiu monografic. Chişinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005.

10. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. // Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - Bucureşti: 1961. Viġotski 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. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности – М.: Медицина, 1966.

14. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. – М.: Педагогика, 1989.

15. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

16. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б.

17. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собрание сочинений в 6-ти т. – М.: Педагогика, 1983. – Т. 3. – С. 6-328.

18. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. – Омск, 2003.

19. Гальперин П.Е. Типы ориентировки и типы формирования действий и понятий. – М., 1958.

20. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. – М., 1979.

21. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.

22. Зимкин Н.В. Двигательный навык. – М., 1970.

23. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М.: ИПЛ, 1977.

24. Мазниченко В.Д. Двигательные навыки в спорте. – Малаховка: МОГИФК, 1981.

25. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.

26. 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Fundamentele științelor educației					
Titularul cursului		Ghețiu Adelina					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.004	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	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.spps@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Unitatea de curs Fundamentele științelor educației face parte din categoria disciplinelor fundamentale. În cadrul conținuturilor curriculare se tratează evoluția și dezvoltarea fundamentelor științelor educației și a pedagogiei ca știință și artă a educației. Totodată conținutul cursului precizează specificul, funcțiile și rolul pedagogiei în pregătirea cadrelor didactice pentru activitatea instructiv – educativă, evidențiind principalele aspecte ale profesiei de pedagog. Introducerea unității de curs Fundamentele științelor educației răspunde unor cerințe educative, sociale și economice noi.</p> <p>Curriculum-ul la disciplina Fundamentele științelor educației reprezintă un document de politici educaționale conceput într-o manieră inter și transdisciplinară, fiind axat pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii a procesului educațional. Acest document se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova. Curriculum-ul la disciplina Fundamentele științelor educației se adresează absolvenților facultăților de profil, masteranzilor și cadrelor didactice/specialiștilor care activează în diferite instituții de învățământ, iar conținutul acestuia este elaborat astfel încât să răspundă schimbărilor impuse de abordarea curriculară sistemică în realizarea procesului educațional.</p> <p>Modernizarea curriculum-ului la această disciplină este o necesitate dictată și de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea</p>						

	rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>					
	Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască fundamentele științelor educației; ➤ să identifice problemele și tendințele dezvoltării pedagogiei generale; ➤ să identifice aspectul funcțional al reperelor teoretice. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze și să generalizeze abordările, procesele, fenomenele, experiențele unui demers educativ; ➤ să compare diverse strategii educaționale; ➤ să stabilească conexiunea funcțională dintre contextul didactic și particularitățile demersului educativ; ➤ să proiecteze produse curriculare, orientate la educația centrată pe elev. <p align="center"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să proiecteze și să aplice strategiile didactice conform finalităților; ➤ să proiecteze produse curriculare, în corespundere cu funcțiile profesionale de perspectivă; ➤ să proiecteze și să realizeze investigații aplicative privind problematica educativă; ➤ să comunice eficient la nivel interpersonal și la nivel comunitar; ➤ să implementeze un management eficient al procesului didactic. 				
		N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
	1	Științele pedagogice fundamentale	Total	Curs	Seminar	LI
			20	2	2	16

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	2	Teoria generală a educației	10	2	2	6
	3	Calitatea în educație și învățământ	20	2	2	16
	4	Funcțiile epistemice ale teoriei generale ale educației	20	2	2	16
	5	Domenii educaționale reprezentative	20	2	2	16
	6	Teoria generală a instruirii	10	2	2	6
	7	Teorii ale învățării. Pedagogia diversității	10	2	2	6
	8	Teoria generală a curriculumului	10	2	2	6
	9	Direcții de evoluție a educației	10	2	2	6
	10	Creativitatea, inovație și educația pentru excelență	20	2	2	16
	Total			150	20	20
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice.</p> <p>Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut istoric referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă istorică; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese culturale, inclusiv cu caracter controversat, din diferite epoci istorice; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse istorice și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite evenimente culturale sau personalități istorice; • elaborarea și publicarea unor articole privind valorile culturale naționale și universale; • elaborarea unor miniproiecte privind ocrotirea și valorificarea moștenirii culturale naționale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din istoria culturii locale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate. 					
Strategii de evaluare	<p>În procesul de studiere a unității de curs Fundamentele științelor educației sunt recomandabile următoarele tipuri de evaluare:</p> <p>1. Evaluarea inițială la începutul studierii disciplinei, pentru a determina nivelul de pregătire al studentului, experiența și orientarea lui în domeniu. Rezultatele evaluării inițiale, pe parcursul căreia se vor utiliza chestionarul, testele didactice, interviul, vor servi ca bază pentru desfășurarea eficientă a procesului educațional ulterior.</p> <p>Metode de evaluare inițială:</p> <p>Teste: Itemi cu alegere duală (Ex.: Citește următoarele enunțuri. Încercuți varianta corectă). Itemi cu alegere multiplă (Ex.: Încercuți cifra corespunzătoare care indică combinația corectă).</p> <p>Participare interactivă: brainstorming, scriere liberă, completarea enunțurilor.</p> <p>2. Evaluarea formativă/continuă vizează estimarea rezultatelor pe parcursul procesului educațional, la fiecare oră. Ea asigură profesorului un feedback, în baza căruia are loc ajustarea procesului didactic la obiectivele acestuia.</p> <p>Test cu formă clasică de notare a cunoștințelor – la nivel de cunoaștere – aplicare – integrare.</p> <p>Evaluarea Portofoliului - cuprinde : lista conținutului acestuia, (sumarul, care include titlul fiecărei lucrări/fișe, etc. și numărul paginii la care se găsește).</p> <p>3. Evaluarea finală, care se efectuează după studierea fiecărui compartiment din programă, la finele semestrelor sau la finele anului școlar. Ea presupune estimarea globală a performanțelor studenților</p>					
	Nota finală			100%		

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bontaș, I. Tratat de pedagogie, Ediția a VI – a revăzută și adăugită. București: Editura BIC ALL, 2007. 2. Cadrul de referință al Curriculumului național. Chișinău, 2017. 3. Cristea Gabriela C. Pedagogie generală, ediția a-II-a. București: Editura Didactică și Pedagogică, R.A, 2008. 212 p. 4. Cristea S. Fundamentele științelor educației: Teoria generală a educației. Chișinău: LITERA, 2003. 5. Cristea S. Concepte fundamentale în pedagogie. Conținuturile și formele generale ale educației, vol. IV. București: Editura Didactica Publishing House, 2017. 186. p. 4. 6. Cristea S. Dicționar de pedagogie. Chișinău: Editura Litera. București: Litera Internațional, 2000. 398 p. 7. Cristea S. Fundamentele pedagogiei. Iași: Editura Polirom. 2010. 8. Cucuș C. Pedagogie, ediția a III-a revăzută și adăugită. Iași: Editura Polirom, 2014. 534 p. 9. Dragu A., Cristea S. Psihologie și pedagogie școlară. Constanța: Ed. Ovidius University Press, 2003. 10. Focșan-Semionov S. Învățarea academică independentă și autoreglată: ghid pentru studenți. Chișinău: USM, 2009. 285 p. ISBN 978-9975-70-901-9 11. Geissler E. Mijloace de educație. Editura Didactică și Pedagogică. București, 2007. 12. Ghețiu A. Evaluarea nevoilor de formare ale cadrelor didactice de educație fizică și sport. În: „Sport. Olimpism. Sanatate”. Chișinău: Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a IV-a, 19-21.09.2019. 13. Guțu V. Pedagogie. USM. Chișinău. 2013. 14. Lungu V. Pedagogia prospectivă - domeniu fundamental în sistemul științelor educației. Chișinău, 2016. 15. Macavei El. Pedagogie. Teoria educației. Vol.I. București: Aramis, 2001. 16. Macavei E. Tratat de pedagogie: propedeutică. București: Edit. Aramis Print, 2007. 256 p. Momanu M. Introducere în teoria educației. Iași: Polirom, 2002. 17. Neacșu I. Metode și tehnici de învățare eficientă. Editura Militară. București, 2010. 18. Nicola I. Tratat de pedagogie școlară. București: Aramis, 2000. 19. Orțan F. Introducere în pedagogia și științele educației. Timișoara: Editura Augusta, 2005. 20. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar-CPU, 2005. 	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Didactica atletismului					
Titularul cursului		Iliin Grigore					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.01.O.005	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	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	10	-	30	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica atletismului” este partea componentă a planului de învățământ al anului I, secția zi și frecvență redusă și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul educație fizică în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea Educație Fizică a USEFS.</p> <p>Curriculumul disciplinei „Didactica atletismului” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul educație fizică.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculumul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educație fizică.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului;➤ Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului;➤ Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice;➤ Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism;➤ Instruirea tehnicii probelor de atletism;➤ Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice – prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului;➤ Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale educație fizică;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice; ➤ Cunoașterea bazelor tehnicii a probelor sportive din atletism; ➤ Să cunoască și să aplice mijloacele atletismului în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative prevăzute de curriculum; ➤ Să cunoască particularitățile instruirii tehnicii probelor atletice; ➤ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de antrenament; ➤ Explice tehnologia organizării diferitelor tipuri de lecții și caracteristica metodelor de desfășurare a lor; ➤ Selecteze conținutul didactic și metode de organizare a procesului de instruire a diferitelor tipuri de lecții. <p style="text-align: center;">Competențe generale formate de disciplinele din cadrul catedrei:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formarea cunoștințelor teoretice, a priceperilor și deprinderilor practico-metodice despre disciplina „Didactica atletismului“; ➤ Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului Instruirea tehnicii probelor de atletism; ➤ Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism; ➤ Cunoașterea bazelor tehnicii probelor atletice; ➤ Formarea continuă a competențelor profesionale în tipologia desfășurării procesului de instruire. <p style="text-align: center;">Competențe specifice formate în cadrul disciplinei:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formarea priceperilor și deprinderilor motrice specifice probelor atletice; selectarea corectă a mijloacelor de instruire, aplicate în procesul didactic; ➤ Formarea în continuare a capacităților profesional - pedagogice în sistemul de organizare a procesului didactic. Formarea continuă a cunoștințelor metodice și aptitudinilor practice: dezvoltarea continuă a calităților și capacităților necesare în probele de atletism. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La finalizarea cu succes a programului/ modulului formabilul va fi capabil:</p> <p style="text-align: center;">Finalități de studii realizate la finale cursului</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei „Didactica atletismului“ ✓ să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism:marș sportiv, alergări; sărituri; aruncări; poliatoane; ✓ să cunoască metoda de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea.să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice recreative; ✓ să cunoască și să aplice mijloacele atletismului în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative prevăzute de curriculum; ✓ să cunoască bazelor tehnicii a probelor sportive de atletism. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să elaboreze programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; ✓ să explice esența și structura probelor atletice. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Introducere în obiect Clasificarea probelor atletice</p>	<p>4</p>			<p>4</p>
	<p>2</p>	<p>Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la lecțiile de atletism</p>	<p>4</p>			<p>4</p>
	<p>3</p>	<p>Istoria apariției și dezvoltării atletismului în lume și în Moldova</p>	<p>6</p>			<p>6</p>
	<p>4</p>	<p>Bazele tehnicii probelor atletice:</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		a)Bazele tehnicii marșului sportiv și alergării b)Bazele tehnicii săriturilor atletice c)Bazele tehnicii aruncărilor atletice					
	5	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	8	2		4	
	6	Bazele generale a instruirii tehnicii probelor atletice	10	2		6	
	7	Lecția de atletism în instituțiile preuniversitare	10	2		6	
	8	Organizarea și desfășurarea competițiilor de atletism la instituțiile de învățământ preuniversitare	10	2		6	
	9	Instruirea tehnicii marșului sportiv	7		2	6	
	10	Instruirea tehnicii alergării de viteză	8	2	2	6	
	11	Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond	5		2	4	
	12	Instruirea tehnicii alergării de ștafetă	7		2	6	
	13	Instruirea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „ghemuit” și „extensat”	8	2	2	6	
	14	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „pășire”	10	2	2	8	
	15	Instruirea tehnicii aruncării mingii mici	5		2	4	
	16	Instruirea tehnicii aruncării greutății	8	2		6	
	17	Dezvoltarea calității motrice „forța”	5		2	4	
	18	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	5		4	4	
	19	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	6	2	2	4	
	20	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	5		4	4	
	21	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	5		2	4	
	22	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	6		2	4	
		Total		150	10	30	110
		<p>Componentele de bază ale curriculumului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte a motricității speciale. Masteranții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut predarea-învățarea materialului didactic din atletism; • Organizarea dezbaterilor asupra unor tematici din domeniul educației fizice în ciclul liceal, instruirii tehnicii probelor atletice, dezvoltării calităților motrice și organizării lucrului individual; • Elaborarea și publicarea unor articole privind abordările moderne a procesului de recuperare psiho-fizică în diverse afecțiuni terapiei manuală; 					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Curriculumul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: *profesor și masterand*. Profesorul va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea masterandanzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masterandanții în realizarea demersului didactic.

Masterandanții se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.

Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vârstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.). În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: *expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol* etc.

Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gândirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor masteranților. Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).

Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor– masterand și masterand – masterand (grupa, subgrupa) pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a reabilitării fizice.

Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de *demers didactic postmodern* are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică). Cu toate deosebirile de structură, rigorile esențiale sînt aceleași:

- axarea activităților pe interesele și nevoile masterandului;
- dezvoltarea la masterandanți a gândirii critice;
- dezvoltarea motivației pentru învățare și pentru menținerea ei durabilă;
- orientarea discursului didactic spre dezvoltarea continuă a abilităților și transformarea acestora în competențe;
- integrarea obiectivelor de referință, a sarcinilor de realizare a acestor obiective, a obiectivelor de evaluare și a sarcinilor de evaluare într-un act educațional integrat;
- selectarea și adaptarea strategiilor didactice în funcție de particularitățile de vârstă și individuale ale masterandanților, oportunitățile și interesele acestora;
- proiectarea și realizarea demersului didactic în baza experiențelor anterioare ale masterandanților întru asigurarea unei învățări durabile;
- includerea dimensiunilor interdisciplinarității, interculturalității și multiperspectivității în demersul educațional.

Profesorul contemporan organizează și monitorizează procesul educațional, pentru a-i asigura acestuia un caracter coerent, dinamic și relevant. Rigorile respective vor contribui la schimbarea calitativă a accentelor demersului didactic, iar profesorul, din gestionar al procesului educațional va deveni un partener de încredere al magistrantului în dobîndirea și acumularea cunoștințelor și în formarea lui ca cetățean democratic.

Procesul predării “Didactica Atletismului” implică iminența și perseverența profesorului de a dezvolta la masterand abilități și a le transforma în competențe funcționale. Construcția piramidei cunoașterii va avea la bază cunoștințe fundamentale anatomo-fiziologice, biomecanice și pedagogice. Pentru ca să dobîndească aceste cunoștințe, masterandul trebuie să posede un set de abilități asimilate în procesul educațional, cum ar fi:

- lectura conștientă, înțelegerea textelor, a literaturii de specialitate și documentelor;
- analiza critică și sinteza lecturilor;
- deosebirea dintre general și particular;

- formarea unei atitudini critice asupra domeniului educației fizice în ciclul liceal.

Pornind de la ideea că profesorul trebuie să se bucure de autonomie în organizarea demersului didactic bazându-se pe principiile de responsabilitate și profesionalism, ne vom limita doar la câteva recomandări. În funcție de preferințele și experiențele didactice ale profesorului în proiectarea și organizarea demersului didactic primar, recomandăm utilizarea în procesul de organizare didactică atât a cadrului tradițional, cât și a celui recent, în speță, cadrul *Evocare-Realizare a sensului-Reflecție-Extindere (ERRE)*.

Recunoscând că masterandandul de astăzi nu mai lucrează prin impunere, profesorul va practica, prin corelare chibzuită, acele strategii didactice, pe care pedagogia postmodernă le pune cu generozitate la dispoziție și care vor fi selectate în funcție de mai mulți factori, printre care: obiectivele preconizate, vârsta vizată, preferințele de învățare ale masterandanzilor, arsenalul propriu al profesorului etc.

Un important aspect al strategiilor educaționale este *învățarea autonomă*, ce desemnează un proces de achiziționare a experienței cognitive noi și de formare a competențelor de învățare a masterandandului, care devine un posesor de cunoștințe și participant activ al procesului de învățare. *Cadrelor didactice se vor baza pe* principiile învățării autonome, printre care se numără: stimularea și formarea spiritului activ și de inițiativă; selectarea materialului aplicativ în învățarea autonomă; exersarea continuă; axarea pe motivarea individului; depășirea sau evitarea magistranzelor de conflict și stabilirea căilor de soluționare a acestora; cultivarea toleranței și stimei față de alții; respectarea aspectului teleologic drept factor motivator al învățării.

Un imperativ al societății contemporane este utilizarea strategiilor didactice interactive. Procesul educațional conceput într-un format interactiv presupune o simbioză organică a metodelor și procedeele de lucru în grup cu cele individuale pentru obținerea finalităților scontate. Interacțiunea corectă dintre profesori și masterandant, precum și dintre magistrand și magistrand, realizată corect, permite realizarea unei proporții optime între învățare și aplicare, contribuind în mod substanțial la transformarea magistrandului într-un subiect activ al procesului educațional. Este important ca profesorul, în procesul de selectare a strategiilor didactice, să țină cont de teoria inteligențelor multiple și în această ordine de idei să folosească atât metode reflexive, cit și dinamice, în special *studii de caz, simulări de situații reale, jocul de rol* etc. Numai în felul acesta, profesorul va reuși să realizeze un demers didactic calitativ în corespundere cu profilul și particularitățile individuale ale masterandanzilor.

Se recomandă centrarea demersului didactic pe acțiunile pe care masterandandul va trebui să le realizeze pentru a dobîndi competențele prevăzute de *Curriculum* și pentru a demonstra, în cadrul evaluărilor, stăpânirea lor. În acest context, utilizarea strategiilor didactice active este prioritară în raport cu strategiile didactice tradiționale.

În conformitate cu rigorile actuale, demersul didactic nu poate fi eficient, dacă nu oferă posibilități de integrare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor acumulate de masterandanți la diverse discipline. Pentru realizarea acestui deziderat este necesară atât o sincronizare a conținuturilor disciplinei „*Didactica Atletismului*” cu conținuturile altor discipline, acolo unde este posibil, cât și o conlucrare mai eficientă între profesorii acestor obiecte de studiu, care vor combina efortul pedagogic și vor utiliza achizițiile de la o disciplină la alta. Interdisciplinaritatea înseamnă nu doar preluarea de cunoștințe asimilate la alte discipline și utilizate în demersul didactic la disciplina terapia manuală, dar și promovarea valorilor general-umane, a modelelor comportamentale adecvate unei personalități în devenire.

Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare-învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă masterandanzii.

Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a masterandanzilor (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor

Strategii de evaluare

în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.

Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina „*Didactica Atletismului*” constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor masterandanților.

În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:

- *proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedurilor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;*

- *măsurarea rezultatelor instruirii prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;*

- *aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;*

- *adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.*

În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de masterandanți. În cadrul orelor la disciplina “*Didactica Atletismului*”, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:

- *funcția de evidență și control a activității didactice;*

- *funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;*

- *funcția formativă, care este rezultatantă a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;*

- *funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.*

În cadrul procesului educațional deosebim:

- *evaluarea internă*, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;

- *evaluarea externă*, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației, Culturii și Cercetărilor.

În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:

- *evaluarea inițială* care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;

- *evaluarea formativă*, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale masterandanților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.

Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele de referință. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;

- *evaluarea rezumativă sau cumulativă*, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului “*Didactica Atletismului*”. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (*evaluarea orală și scrisă*) și complementare (*referate științifice, prezentări video, prezentări power point, demonstrații practice, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu*)

Succesele academice ale masterandanților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de masterand în obținerea rezultatelor

	<p>evaluate. Aceste și alte tehnici vor permite evaluarea:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Chestionării de către masterand a propriei scheme de învățare; managementului eficient al timpului de învățare; 2. Exprimării adecvate și echilibrate de către masterand a unor gânduri, idei, percepții, în formă scrisă și orală; 3. Analizării de către masterand a necesității tehnicilor și metodelor aplicate în procesul de învățare-predare “Atletismului” pe parcursul lecțiilor de educație fizică în liceul. 4. Identificării și rezolvării de către masterand a unor probleme, proiectarea și realizarea unor acțiuni bine determinate cu finalități clare; 5. Nivelului de gândire, a abilităților și competențelor de acumulare, selectare, structurare, procesare, analiză și evaluare critică a informației; 6. Elucidării de către masterand a situației pe piața muncii, deciziei vocaționale și profesionale, proiectării independente a unei linii de carieră și a unui nivel de viață de calitate; 7. Reflecției adecvate a masterandului asupra comportamentului său în familie, grupuri sociale mici și mari, capacității de integrare în societate; 8. Motivării persistente pentru o poziție civică conștientă, activă și responsabilă. 	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletism, ieri, azi, mâine. Bazele științifice ale antrenamentului sportiv, vol. XI, București, 1977, p.108-182. 2. Atletism. Prelegeri. Curs specializare (anul IV), sub redacția lui D.C. Alexandrescu, București, 1991. 243 p. 3. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p. 4. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p. 5. Diaconescu Dan Silviu. Metodica predării tehnicii în probele atletice. Ager, 2003. 140p. 6. Gârleanu D., Firea V. Exerciții și jocuri pentru pregătirea atleților, București, I.P. Oltenia”, 2003. 199 p. 7. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p. 8. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p. 9. Mruț I.D. Organizarea lecțiilor de sine stătător a elevilor în afară orelor de curs // Teoria și Arta Educației Fizice în Școală, Ediția, I.N.E.F.S., Chișinău, 2006, №2, p.41 – 47. (ISSN 1857 - 0615) 10. Mruț I.D., Povestea L. F., Gorașcenco A.Iu. Unele aspecte practico-metodice ale instruirii tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „forfecare”// Teoria și Arta Educației Fizice în Școală, Ediția, U.S.E.F.S., Chișinău, 2007, № 3, p. 51 – 56. (ISSN 1857 - 0615) 11. Mruț I.D., Povestea L.T., Rusu V.I. Curriculum școlar, Atletism. Clasele I – IV / Model de reparizare materialului didactic pentru ciclul școlar de cultură generală. Indicații metodice pentru studenții instituțiilor de profil și profesorii de cultură fizică al instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006, 20 p. 12. Mruț I.D. Povestea L.T.,Rusu V.I. Curriculum școlar, Atletism. Clasele X – XII / Model de reparizare materialului didactic pentru ciclul școlar de cultură generală. Indicații metodice pentru studenții instituțiilor de profil și profesorii de cultură fizică al instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006, 20 p. 13. Mruț I.D. Povestea L.T.,Rusu V.I. Curriculum școlar, Atletism. Clasele I – XII / Model de repartizare materialului didactic pentru ciclul școlar de cultură generală. Indicații metodice pentru studenții instituțiilor de profil și profesorii de cultură fizică al 	

instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006, 60 p.

14. Mruț I.D. Povestea L.T., Rusu V.I. Curriculum școlar, Atletism. Clasele V – IX / Model de reparizare materialului didactic pentru ciclul școlar de cultură generală. Indicații metodice pentru studenții instituțiilor de profil și profesorii de cultură fizică al instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006, 28 p

15. Mruț I.D., Povestea L. F. Rusu V. I. Exercițiile speciale pregătitoare la lecția de atletism // Teoria și Arta Educației Fizice în Școală, Ediția, U.S.E.F.S., Chișinău, 2007, № 1, p. 41 – 53. (ISSN 1857 - 0615)

16. Mruț I.D., Rusu V.I. Curriculum școlar, Exercițiile speciale și ajutoare folosite la lecția de atletism. Indicații metodice pentru studenții instituții Institutului Național de Educație Fizică și Sport, profesorilor de cultură fizică ai instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006. – 16 p.

17. Mruț I.D., Rusu V.I. Curriculum școlar, Lecțiile de sine stătător pentru elevilor din clasele I – XII / Volumul model ale sarcinilor motrice. Indicații metodice pentru studenții instituții Institutului Național de Educație Fizică și Sport, profesorilor de cultură fizică ai instituțiilor de învățământ preuniversitare, Chișinău, INEFS, 2006, 40 p.

18. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие).-Херсон, 2004. 152 с.

19. Железняк Ю.Д., Максименко Г.Н. Спортивно-педагогическое совершенствование /Программы педагогических институтов. – М., 1985. 42 с.

20. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд. Перераб. и доп. – М.: Академия, 2005. 272 с.

21. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ. / Под ред. О.В. Колодия, Е.М. Лутковского, В.В. Ухова. М.: Ф и С. 1985, 271 с.

22. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., перераб. М.: Ф и С. 1989, 671 с.

23. Особенности обучения видам легкой атлетики в условиях институтов физической культуры. Сборник научных трудов. Л.: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1986, 98 с.

24. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2002, 208 с.

25. Попов В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2006, 224 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Didactica gimnasticii artistice					
Titularul cursului		Buțea Victor					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.01.O.006	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 specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	6	2	32	110	
Nota de prezentare	<p>Cursul universitar de master profesional „Didactica gimnasticii artistice” este orientat spre formarea competențelor de specializare în domeniul general de studii inclus în planul de învățământ: Cultura fizică și sport, Ciclul II, Masterat - Psihopedagogia educației fizice și sportului.</p> <p>Această componentă urmărește valorificarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formarea competențelor generale și evidențierea gradului de valori și atitudini specifice profesionale; sistematizarea, organizarea și desfășurarea practico-metodică a elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice necesare procesului instructiv-educativ cu elevii la diverse etape de pregătire; estimarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare în vederea obținerii unui nivel suficient de posedare a competențelor de către elevi.</p> <p>Este prevăzută realizarea următoarelor obiective:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea cunoștințelor, pricerepilor și deprinderilor profesional-pedagogice.• Formarea deprinderilor psihomotrice de execuție tehnico-tactică a acțiunilor specifice și a procedurilor din gimnastică.• Formarea comportamentului creativ, inovațional, de cercetare și de formare continuă. <p>Cursul „Didactica gimnasticii artistice” vizează cu prioritate valorificarea competențelor cheie care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și de asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare în educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a</p>						

	<p>personalității autonome și creative a specialiștilor, ca finalitate prevăzută în Legea Învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a specialiștilor domeniului, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, să se asigure dobândirea de către cei care studiază a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților de dirijare, de cercetare și inovare, cât și inițierea/consolidarea în practicarea unor acțiuni practice și tehnice specifice probei de gimnastică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p style="text-align: center;"><i>Competențe generale</i></p> <p><i>Prin parcurgerea programului absolventul va fi capabil:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze probleme de importanță majoră cu caracter de dezvoltare și de fortificare; • să aplice cunoștințele în activitatea profesională, să utilizeze metode de instruire a tehnicii exercițiilor; • să posede metode de comunicare, să le aplice în activitatea de lucru cu echipa și cu fiecare elev în parte; • să colaboreze cu colegii pentru a rezolva orice problemă în procesul educațional; • să identifice soluții organizatorice și manageriale adecvate de rezolvare a problemelor și să își asume responsabilitatea pentru acestea; • să aplice metode, procedee și mijloace de obținere, stocare și prelucrare a informației, să aibă competențe de lucru pentru manifestarea practică prin mișcare în sala de sport. <p style="text-align: center;"><i>Competențe specifice ale disciplinei</i></p> <p><i>După absolvirea cursului absolventul va fi capabil:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să fie conștient de importanța socială a viitoarei profesii, să aibă motivația de a desfășura activitatea profesională; • să aplice în practică cunoștințele fundamentale ale disciplinei Gimnastica; • să formeze la subiecți trăsături de personalizare, responsabilitate, seriozitate, angajament, comunicare, toleranță etc; • să formeze la subiecți motivația de a practica exercițiile de gimnastică; • să utilizeze competențele profesionale pentru formarea la elevi a unui mod sănătos de viață; • să elaboreze documente de planificare, de evidență și evaluare pentru buna pregătire a elevilor în cadrul procesului educațional; • să elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament în conformitate cu planul anual, etapele pregătirii și categoria de vârstă; • să evalueze și să analizeze critic propria activitate profesională; • să organizeze și să efectueze cercetări științifice în procesul activității profesionale; • să acorde primul ajutor pre-medical în procesul de instruire și antrenament; • să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate obiectivelor trasate; • să utilizeze creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice bazate pe caracteristicile individuale ale subiecților; • să posede terminologia profesională corectă, precum și mijloacele de comunicare.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere (competențe cognitive):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ elaborarea conținutului tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a elevilor; ▪ modelarea conținutului pregătirii fizice speciale a elevilor în dependență de obiectivele de studiu; ▪ elaborarea baremului de teste de control a pregătirii fizico-tehnice și sportive în cadrul procesului educațional.

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să generalizeze cunoștințele formative și să aplice în situații concrete măsurile de profilaxie a traumatismelor; ▪ să opereze cu terminologia exercițiilor de gimnastică; ▪ să realizeze diverse exerciții aplicative pentru dezvoltarea calităților fizice: forței, rezistenței, îndemnării, mobilității și elasticității musculare, vitezei de execuție; ▪ să dobândească capacități în metodică desfășurării EDFG; ▪ să elaboreze și să aplice un program model de pregătire fizică generală și specială; ▪ să opereze cu diverse metode de dezvoltare a calităților fizice în cadrul lecției de gimnastică; ▪ să demonstreze corect și să explice tehnica executării exercițiilor la aparatele de gimnastică; ▪ să dezvolte simțul echilibrului, preciziei, expresivității și gustului estetic prin intermediul exercițiilor de gimnastică; ▪ să elaboreze, să descrie și să demonstreze corect îmbinări de elemente tehnice la aparatele de gimnastică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare se formează următoarele:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ cunoașterea teoriilor, abordărilor, clasificărilor de exerciții din domeniul tehnologiei pregătirii fizico-tehnice în procesul educațional modern; ▪ utilizarea informației teoretice privind tehnologia pedagogică și tehnica pedagogică, tehnologia pregătirii fizice și tehnice la diferite etape de pregătire, precum și planificarea, evidența și controlul asupra pregătirii elevilor; ▪ formarea calităților atitudinale: de personalitate, a comportamentului civilizat, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială; ▪ aplicarea cunoștințelor, abilităților obținute în cadrul diverselor aspecte ale regimului motric și de viață. 																																																																																																	
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <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>L/P</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Gimnastica în sistemul pedagogic de educație fizică</td> <td>7</td> <td>1</td> <td></td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Terminologia gimnasticii</td> <td>7</td> <td>1</td> <td></td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Planificarea și evaluarea procesului de instruire</td> <td>7</td> <td>1</td> <td></td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Bazele tehnicii executării exercițiilor la aparatele de gimnastică</td> <td>7</td> <td>1</td> <td></td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td></td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Exerciții de front și formații</td> <td>6</td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Exerciții cu caracter aplicativ</td> <td>24</td> <td></td> <td></td> <td>4</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Exerciții de dezvoltare fizică generală (EDFG)</td> <td>26</td> <td></td> <td></td> <td>6</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Exerciții la aparatele de gimnastică</td> <td>48</td> <td></td> <td></td> <td>18</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>Evaluare pregătirea tehnică (competiție).</td> <td>2</td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>150</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>32</td> <td>110</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore					Total	Curs	Seminar	L/P	LI	1	Gimnastica în sistemul pedagogic de educație fizică	7	1			6	2	Terminologia gimnasticii	7	1			6	3	Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală	8	1	1		6	4	Planificarea și evaluarea procesului de instruire	7	1			6	5	Bazele tehnicii executării exercițiilor la aparatele de gimnastică	7	1			6	6	Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică	8	1	1		6	7	Exerciții de front și formații	6			2	4	8	Exerciții cu caracter aplicativ	24			4	20	9	Exerciții de dezvoltare fizică generală (EDFG)	26			6	20	10	Exerciții la aparatele de gimnastică	48			18	30	11	Evaluare pregătirea tehnică (competiție).	2			2		Total		150	6	2	32	110	
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																														
		Total	Curs	Seminar	L/P	LI																																																																																												
1	Gimnastica în sistemul pedagogic de educație fizică	7	1			6																																																																																												
2	Terminologia gimnasticii	7	1			6																																																																																												
3	Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală	8	1	1		6																																																																																												
4	Planificarea și evaluarea procesului de instruire	7	1			6																																																																																												
5	Bazele tehnicii executării exercițiilor la aparatele de gimnastică	7	1			6																																																																																												
6	Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică	8	1	1		6																																																																																												
7	Exerciții de front și formații	6			2	4																																																																																												
8	Exerciții cu caracter aplicativ	24			4	20																																																																																												
9	Exerciții de dezvoltare fizică generală (EDFG)	26			6	20																																																																																												
10	Exerciții la aparatele de gimnastică	48			18	30																																																																																												
11	Evaluare pregătirea tehnică (competiție).	2			2																																																																																													
Total		150	6	2	32	110																																																																																												
<p>Strategii de predare&</p>	<p>Componentele de bază ale cursului sunt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte specifice probei Gimnastica artistică. Studenții-masteranzi sunt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și</p>																																																																																																	

învățare în cadrul cursului/modulului

formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini practice și comportamente civice.

Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația antrenor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al antrenorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul gimnasticii.

Învățămîntul superior de calitate se sprijină pe patru imperative: a învăța să știi; a învăța să faci; a învăța să trăiești în comunitate; a învăța să fii.

În contextul acestor imperative calitatea învățămîntului superior în cadrul obiectului de gimnastică poate fi orientată asupra realizării următoarelor criterii:

- calitatea cunoștințelor, competențelor generale și speciale;
- calitatea pregătirii profesionale pedagogice de specialitate;
- calitatea cercetărilor științifice;
- calitatea tehnologiilor didactice axate pe activitatea studentului-masterand.

În cadrul cursului se propun următoarele **metode și procedee de predare**:

1. Explicația - argumentarea riguroasă a cunoștințelor prin lămurire și clasificare a unor noțiuni, principii, concepte din compartimentele „cunoștințe”, „calități și capacități”.

2. Conversația - convorbire sau dialog prin care se stimulează și se dirijează activitatea de învățare. În cadrul lecției ea poate fi prezentată sub diferite forme: conversația introductivă – la începutul lecției; conversația euristică (explicativă) – pentru aprofundarea cunoștințelor și sistematizarea lor; conversație de verificare a cunoștințelor.

3. Demonstrația - prezentarea unor machete, obiecte portative, table, fișe instructive, fotografii, albumuri instructive, poze, diafilme, scheme etc., în vederea acumulării informației despre elementul tehnic studiat;

4. Exercițiul - acțiune practică, operațională, repetarea unei acțiuni, activități, urmărind formarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor motrice. În cadrul lecțiilor de gimnastică, metoda exercițiului se va practica: cu repetări standard în regim de efort continuu și în regim de efort cu intervale, în dependență de starea funcțională a organismului și particularitățile individuale ale studenților; standard – variat; progresiv cu repetare; cu repetare, cu intervale în scădere; antrenament circuit (obișnuit și de șoc).

Metodologia predării-învățării prevede utilizarea altor **metode obligatorii**:

1. Trainingul Pedagogic – procesul instructiv-educativ se desfășoară în echipe a câte 2-3, 4-5 studenți în 6-8 ateliere, fiecare avînd timp de 10-15 minute și poate fi mărit pînă la 45 minute la 3-4 lecții. Fiecare atelier prevede strategii de predare-învățare și se va desfășura în mod interactiv, axate pe diverse tipuri de obiective în vederea realizării problemei de formare a competenței profesionale.

2. Problematizarea – crearea unor noi situații de învățare și cunoaștere în activitatea studentului. Este o metodă activ-participativă, formativă, menită să dezvolte capacitățile de gîndire. Implică pe studenți în rezolvarea situațiilor, rezolvare de problemă de a căuta și a găsi soluții accesibile.

3. Modelarea – crearea schematică a unei etape a lecției, care se cercetează în altă structură modernizată, crează un model nou de lecție sau a unei etape mai originale.

4. Algoritmizarea – sistem de operații sau activitate desfășurată într-o succesiune logică obligatorie în vederea rezolvării unei probleme de anumit tip strict reglementat.

5. Jocul didactic și jocul simulativ – ca metode simulative, bazate pe acțiune, permite plasarea studentului într-o situație ludică cu caracter de instruire. Din rîndul acestora se va practica „jocul de rol”, „jocul de arbitraj”, „jocul de concurs”, „jocul de competiție”, „jocul de decizie”, „învățarea dramatizată” și învățarea bazată pe simulatoare.

6. Învățare prin descoperire – un act de predare bazat pe informații pentru a

	<p>provoca o investigare, o cercetare, să pună accentul pe formarea și verificarea ipotezelor.</p> <p>7. Braistorming-ul (din engleză: „<i>brain</i>” – creier și „<i>storming</i>” – asalt, asalt de idei al inteligenței) este o metodă de stimulare a creativității de echipă, care îi oferă profesorului posibilitatea de a-i implica pe toți studenții la soluționarea obiectivului.</p> <p>Se pot alege metode de predare-învățare reieșind din capacitățile individuale ale studentului.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea definește eficiența învățământului prin prisma raportului dintre competențele specifice proiectate și rezultatele obținute în activitatea de învățare. Ea este menită să reflecte nivelul, volumul și calitatea reală a cunoștințelor cognitive și psiho-motrice. Evaluarea vizează: a) în ce măsură competențele-cheie și specifice au fost atinse; b) progresul sau insuccesul; c) eficiența strategiilor didactice folosite de profesor în activitatea de instruire.</p> <p><i>Tipuri de evaluare a competențelor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • competențe cognitive generale – se va realiza conform temelor de prelegeri; • pregătirea teoretică a masterandului în funcție de formarea orizontului aptitudinal; • competențe cognitive speciale – prevede cunoașterea conținutului curricular stabilit în scopul dobândirii competențelor. Se va evalua concomitent cu însușirea practică a acțiunilor și a realizării lucrului individual (în cadrul evaluării curente); • evaluarea prin testări specifice – un set de probe practice cu întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării competențelor, precum și capacitatea de a opera cu ele. <p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului stabilit de către subdiviziunea respectivă a USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități: - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizate în condiții la domiciliu. Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar și internațional.</p> <p style="text-align: center;"><i>Alte sugestii de evaluare a performanțelor</i></p> <p><i>La cursul de gimnastică pot fi evaluate:</i></p> <p>1. Cunoștințe – pregătirea teoretică. Va conține următoarele modalități de evaluare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea pregătirii teoretice generale – se va realiza conform temelor de prelegeri ale cursului de gimnastică; - evaluarea pregătirii teoretice speciale – prevede cunoașterea tehnicii moderne de execuție a exercițiilor de gimnastică. Se va evalua concomitent cu efectuarea practică a acțiunilor motrice (scris, oral, practic). - evaluarea prin testele docimologice, teste de competențe - un set de probe teoretice și practice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și al capacităților, prin raportarea răspunsurilor la o scară de apreciere, elaborată în prealabil. <p>2. Calități și capacități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>pregătirea tehnică</i> la execuția unor elemente separate, a îmbinărilor și integrarea elementelor în combinație de examen la aparatele de gimnastică; - <i>pregătirea fizică</i> – se verifică parametrii pregătirii fizice în raport cu performanțele pregătirii tehnice, conform testării inițiale și progresului până la testarea finală. - <i>pregătirea profesională pedagogică</i> – evaluează competența profesională. <p>Aptitudinile finale se vor verifica conform standardelor naționale și internaționale ale planului de învățământ.</p> <p>3. Atitudini – verificarea parametrilor comportamentali și afectiv-atitudinali. Se prezintă portofoliul cu temele studiate în activitatea independentă.</p>

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	<p>1. Buftea V. Instruirea concentrică în pregătirea profesională a specialiștilor de educație fizică și sport. Monografie. Chișinău: Valinex, S.A., 2009. 120 p.</p> <p>2. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica. Note de curs privind asigurarea pregătirii tehnico-științifice a ramurii sportive alese. Chișinău: USEFS, 2013. 128 p.</p> <p>3. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica. Curs teoretic programat. Chișinău: Tipografia UTM, 2012. 92 p.</p> <p>4. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica. Note de curs privind bazele tehnicii probei sportive alese. Chișinău: Editura USEFS, 2014. 164 p.</p> <p>5. Grimalschi T., Filipenco E. ș.a. Manual. Didactica gimnasticii. Teorie și metodologie. Chișinău: Editura USEFS, 2013. 274 p.</p> <p>6. Grigore V. Gimnastica artistică – bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. București: Editura Semne, 2001. 194 p.</p> <p>7. Jurat V. Formarea priceperilor motrice. Monografie. Chișinău: Valinex, 2009. 140 p.</p> <p>8. Liușna D. Eficiența pregătirii artistice a gimnastelor în ciclul anual de antrenament. Teza de doctor în științe pedagogice. Chișinău, USEFS, 2012. 182 p.</p> <p>9. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Editura Discobolul, 2014. 216 p.</p> <p>10. Potop V. Reglarea conduitei motrice în gimnastica artistică feminină prin studiul biomecanic al tehnicii. București: Editura Bren, 2007. 210 p.</p> <p>11. Манолаки В.Г. Методика подготовки дзюдоисток различной квалификации, Санкт-Петербург: изд. С.- Петербургского университета, 1993. 180 с.</p> <p>12. Moga C. Pregătirea tehnică a gimnaștilor pe trambulină în baza formării capacităților de a diferenția parametrii spațio-temporali ai mișcării. Monografie. Chișinău: alian, 2013. 168 p.</p> <p>13. Nanu L. Elaborarea conținutului pregătirii fizice și tehnice a gimnaștilor de 11-12 ani în cadrul antrenamentului sportiv. Teza de doctor în științe pedagogice. Chișinău: USEFS, 2009. 201 p.</p> <p>14. Psihologia sportului. Ghid pentru optimizarea performanțelor. Bull Stephen J. București: Ed. Trei, 2011. 311 p.</p> <p>15. Triboi V., Păcuraru Al. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași: Editura PIM, 2013. 373 p.</p> <p>16. Vieru N. Manual de gimnastica sportivă. București: Editura Driada, 1997. 263 p.</p> <p>17. Аркаев Л.Я., Сучилин Н.Г. Как готовить чемпионов. Теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации. М.: Ф и С, 2004. 328 с.</p> <p>18. Березин Ф.Б., Миржеников М.П., Рожанец Р.В. Методика многостороннего исследования личности. Москва: Медицина, - 186 с.</p> <p>19. Болобан В.Н. Регуляция позы тела спортсмена: Монография. Киев: НУФВСУ, изд-во «Олимпийская литература», 2013. 232 с.</p> <p>20. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. М.: Terra Спорт, 2002. 512 с.</p> <p>21. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник: в 2 т. – Т М: Советский спорт, 2014. 368 с.</p> <p>22. Гавердовский Ю.К., Смолевский В.М. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник: в 2 т. Т 1. М: Советский спорт, 2014. 300 с.</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Psihodiagnostic în educație fizică și sport					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmeret Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.O.007	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	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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	10	30	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „<i>Psihodiagnostic în educație fizică și sport</i>” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova, se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii a procesului de diagnosticare psihologică. 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 <i>Psihopedagogia educației fizice și sportului, Master de profesionalizare</i> pentru calificarea și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculumul reprezintă un document de politici educaționale conceput într-o manieră inter-și transdisciplinară.</p> <p>Contextul unei nou model de învățământ superior, mobil, flexibil cu disponibilități multiple de modificare și reglare funcțională, de adaptare la condițiile schimbătoare ale realității, obligă pregătirea în cadrul instituției a unei personalități complexe, cu spirit de inițiativă, abile de a aplica cunoștințele obținute și a integra eficient în activitatea profesională.</p> <p>Obiectivele generale și cele de referință au fost formulate în baza obiectivelor generale ale specialităților în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Structura obiectivelor și conținutul acestora, se axează pe tendința de a face din rezultatele studierii psihodiagnozei în educație fizică și sport un instrument util profesional.</p> <p>Curriculum-ul de față își propune să stimuleze interesul pentru aspectele psihologice ale educației fizice și sportului, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul lecțiilor de educație fizică.</p>						

	<p>Curriculum-ul dat, este adaptat la condițiile procesului de formare inițială a viitoarelor cadre didactice în domeniul educației fizice și sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască, reperele teoretice și conceptuale, ale disciplinei de studiu; • să opereze corect cu noțiunile de psihodiagnoză, evaluare psihologică, măsurătoare psihologică, diferențe psihologice, etc. • să identifice problematica, principiile psihodiagnozei; • să specifice domeniile de aplicare a psihodiagnosticului; • să descrie funcțiile psihodiagnosticului; • să întrevadă unele direcții ale evoluției psihodiagnosticului; • să cunoască standardele de elaborare și utilizare a metodelor psihometrice; • să explice specificul metodelor psihometrice și nepsihometrice utilizate în psihodiagnoză; • să valorifice prevederile psihodiagnozei în sport. <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aplice abordările interdisciplinare în procesul psihodiagnostic; • să încadreze corect psihodiagnosticul în ansamblul disciplinelor psihologiei educației fizice și sportului; • să intuiască posibile aplicații ale scărilor de evaluare în domeniul psihodiagnosticului; • să aplice corect metodele de cercetare în psihodiagnostic specifice domeniului; • să interpreteze corect rezultatele obținute în cadrul evaluării psihice;

	<ul style="list-style-type: none"> • să caracterizeze profilul unui participant responsabil și eficient la luarea deciziilor în comunitate; • să deducă problemele de aplicare ale metodelor psihodiagnosticii. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să argumenteze rolul psihodiagnozei în elaborarea metodelor psihoterapeutice; • să formuleze ipoteze în privința responsabilităților în aplicarea testelor și utilizarea rezultatelor; • să enumere și explice principalele etape ale construcției unui test psihologic; • să determine direcțiile de implementare a metodelor nepsihometrice; • să estimeze rolul evaluării psihologice în școală; • să analizeze diverse situații de cercetare psihologică; • să formuleze propuneri cu referire la cercetarea psihologică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dimensiuni generale ale psihodiagnozei. Istoricul dezvoltării psihodiagnozei ca știință.	10	1	2	7
	2	Funcțiile primordiale ale psihodiagnozei. Domenii de aplicare a psihodiagnozei.	10	1	4	5
	3	Exigențe științifice și deontologice în psihodiagnoză	20	1	2	17
	4	Metoda experimentală ca metodă de psihodiagnoză.	20	1	2	17
	5	Teste psihologice ca instrumente de psihodiagnoză.	20	-	2	18
	6	Abordări în măsurarea inteligenței.	10	1	4	5
	7	Teste psihologice de aptitudini cognitive	10	1	2	7
	8	Teste obiective de personalitate. Teste situaționale de personalitate.	10	1	2	7
	9	Tehnici proiective clasice utilizate în psihodiagnoză.	10	1	2	7
	10	Tehnici psihologice de studiu al particularităților grupului.	20	1	4	15
11	Orientări metodologice de psihodiagnoză în procesul de educație fizică.	10	1	4	5	
Total			150	10	30	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sunt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe psihodiagnostice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese psihodiagnostice din cadrul educațional; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; 					

	<ul style="list-style-type: none"> • organizarea conferințelor științifice privind probleme ale psihodiagnosticului în educație fizică și sport; • elaborarea și publicarea unor articole științifice care țin de probleme a psihodiagnosticului în educație fizică și sport; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul psihodiagnosticului în educație fizică și sport; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate. 										
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul unității de curs <i>Psihodiagnostic în educație fizică și sport</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale masteranzilor pe măsură ce sunt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Psihodiagnostic în educație fizică și sport</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>										
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;">Nota finală</td> <td style="width: 20%; text-align: center;">100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td style="text-align: center;">40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> </table>	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%
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dewey S. Teste de personalitate prin alegerea culorilor Dewey, București, 2009 2. Luca A. Testarea psihologică. Psihodiagnoza aptitudinii generale. București: Credis, 2010. 3. Șchiopu U. Introducere în psihodiagnostic. București: Prohumanitas, 2002. 4. Chelcea S. Psihosociologie. București: Polirom, 2010. 5. Crișan A., Guțu V., Proiectarea curriculumului de bază. Ghid de metodologie., Chișinău, 1997. 6. Cabac V. Evaluare prin teste în învățămînt. teorie, aplicații. Bălți, 1999. 7. Calluschi M. Grupul mic și creativitatea. Iași: Cantes, 2001. 8. Florin A.Sava Metode implicite de investigare a personalității, Iași: Polirom, 2011. 9. Sălăvăstru D. Psihologia educației, Ed. Polirom, Iași, 2004. 10. Racu I., Psihodiagnoza: teste psihologice. Chișinău, 2014. 11. Lupuleac V. Procesul de cercetare a psihomotricității elevilor cu tulburări dislexico-disgrafice. În: Teoria și arta educației fizice în școală, categoria C, Chișinău, 2013. 12. Lupuleac V. Sindromul Burnout în sport. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere”, 6-7 noiembrie 2015, Chișinău USEFS. 13. Lupuleac V., Gonciaruc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6. 14. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele 										

psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS.

15. 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.

16. Goncearuc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.

17. Goncearuc Sv., Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației fizice incluzive Materialele Conferinței Științifico-practice „Educația incluzivă – dimensiuni provocări, soluții”. Ediția IX-a, 19 octombrie 2018, Universitatea de Stat „A.Russo” din Bălți.

18. Goncearuc Sv., Реализация инклюзивного образования в Государственном Университете Физического Воспитания и Спорта: достижения, проблемы и перспективы. Materialele Conferinței Științifice Internaționale Realizarea învățământului incluziv în instituțiile de învățământ superior: performanțe, probleme, perspective” 29 martie 2019, Chișinău, USEFS.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Psihologia vârstelor					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmeret Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.O.008	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	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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia vârstelor” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 și pregătirea teoretico–practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia vârstelor” este un document reglator înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare învățare evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Noutatea demersului constă în delimitarea parcursului de învățare pe baza unui model care îmbină competențe, criterii de performanță și condiții de aplicabilitate. Abordarea presupune corelarea unităților de competență din standardul de pregătire profesională cu conținuturile învățate.</p> <p>La elaborarea sugestiilor metodologice s-au luat în considerare cercetările de ultimă oră în domeniul științelor pedagogice, psihologice, sociologice etc.</p> <p>Particularitățile abordării procesuale în contextul conceptului disciplinei țin de: dominarea strategiilor didactice interactive; dominarea formelor cooperante de învățare; orientarea, formarea și dezvoltarea competentelor și particularităților individuale ale masteranzilor.</p>						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><u>La nivel de cunoaștere:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască, definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studii; ➤ să identifice problematica, principiile și metodele psihologiei vârstelor; ➤ să cunoască diversele teorii privind dezvoltarea umană; ➤ să identifice particularitățile și legitățile dezvoltării psihofizice specifice fiecărei vârste; ➤ să identifice devierile de dezvoltare psihofizică pe parcursul fiecărei perioade de vârstă; ➤ să identifice factorii și forțele motrice implicate în dezvoltarea psihofizică a copilului. <p style="text-align: center;"><u>La nivel de înțelegere și aplicare:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze și să generalizeze abordări, diferite concepte, noțiuni, fenomene ale dezvoltării psihice; ➤ să stabilească relații dintre particularitățile de vârstă și aspectele demersurilor educaționale; ➤ să compare perioadele de dezvoltare psihofizică; ➤ să realizeze cercetări științifice aplicative; ➤ să aplice cunoștințele psihologice acumulate în activitatea didactică; ➤ să promoveze în procesul educațional relația profesor-elev axată pe formula „subiect-subiect”; ➤ să conștientizeze rolul studierii psihologiei vârstelor pentru succesul activităților sportive. <p style="text-align: center;"><u>La nivel de integrare:</u></p>

	<p>➤ să elaboreze strategii didactice în realizarea activităților didactice în conformitate cu particularitățile de vârstă;</p> <p>➤ să acționeze eficient în cadrul activității profesionale, privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, și particularitățile de dezvoltare;</p> <p>➤ să aplice abordarea interdisciplinară în cadrul „Psihologiei vârstelor”;</p> <p>➤ să proiecteze și să aplice strategiile didactice, ținând cont de particularitățile individuale ale elevilor, în activitatea profesională.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul psihologiei vârstelor și domeniile de activitate	10	1	1	8
	2	Dezvoltarea stadială a activității psihice	10	2	-	8
	3	Factorii și forțele motrice ce determină dezvoltarea psihofizică umană	20	2	1	17
	4	Teorii privind dezvoltarea umană	20	2	2	16
	5	Dezvoltarea psihofizică în perioada prenatală a copilului	20	1	2	17
	6	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada postnatală 0-1 an	10	2	4	4
	7	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada antipreșcolară 1-3 ani	10	2	2	6
	8	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada preșcolară 3-6/7 ani	10	2	2	6
	9	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada școlară mică 7-11 ani	10	2	2	6
	10	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada preadolescentă	20	2	2	16
	11	Dezvoltarea psihofizică a copilului în perioada adolescentă	10	2	2	6
Total			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe psihologice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese psihice din cadrul educațional; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind probleme ale psihologiei adolescenței; • elaborarea și publicarea unor articole științifice care țin de probleme a psihologiei adolescenței; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul psihologiei adolescenței; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate. 					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Allport G.W., Structura și dezvoltarea personalității. București, Ed. Didactică și pedagogică, 1991. 2. Ciobanu C., Psihologia educației. Chișinău. 2006. 3. Cosmovici A., Psihologie generală. Iași: Polirom, 1996. 4. Dicu A., Conștiință și comportament. f.l., Edit. Facla, 1977. 5. Dragnea A., Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. București, Edit. Didactică și pedagogică, R.A., 1996. 6. Dumitriu C., Psihologia educației. Bacău. 2014. 7. Epuran M., Modelarea conduitei sportive, București, Sport – Turism,1990. 8. Epuran M., Psihologia educației fizice și sportului, București, Sport - Turism, 2011. 9. Holdevici I., Psihologia succesului. București, Edit. Ceres, 2003. 9. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 10. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 11. Gonciaruc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 12. Gonciaruc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014. 13. Gonciaruc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014. 14. Gonciaruc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. 15. Gonciaruc Sv., Leșco V. Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale ”Formarea continua a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, 3 decembrie 2020, ediția 1-a, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-417-0. p. 36-44. 16. Gonciaruc S. Strategii de pregătire psihică a adolescenților în procesul antrenamentului sportiv. În Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești, Ediția a XXIV-a din 22 aprilie 2021. 17. Guțu Vl. Pedagogie. Chișinău: CEP USM, 2013. 	

18. Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie , autoreglare, performanță, București, ed. Sport-Turism 2008.
19. Holdevici I., Vasilescu P., Autodepășirea în sport, București, ed. Sport-Turism. 2011
20. Hosek, V., Metode de cercetare a personalității sportivilor. În psihologie și sportul contemporan (Antologie), Red. M. Epuran. București, Edit. Stadion, 2004.
21. Lupuleac V. Educația fizică în corectarea disgrafiei la elevii din clasele primare. Revista internațională. Palestrica Mileniului III-Civilizație și sport. România. Cluj-Napoca: Editorial Office of the Journal. Vol. 15 (3) 2014.
22. Lupuleac V. Goncearuc S. Demcenco P. Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare. Monografie. Chișinău, Valinex SRL, 2015.
23. Lupuleac V. Psychomotor particularities of the pupils from primary forms with graphic disorders and without graphic disorders. Annals of "Dunărea de jos" University of Galați Fascicle XV



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Psihologia adolescenței					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.A.009	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	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.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia adolescenței” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia adolescenței” este un document reglator înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare-învățare-evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Elaborarea actualului curriculum s-a realizat în baza următoarelor principii:</p> <ul style="list-style-type: none">• respectarea nivelului de cunoaștere, dezvoltare și maturizare personală atins de studenți;• continuitate între conținuturile prezentului document și cele asimilate în cadrul altor discipline de studiu;• corespondențe între competențele dezvoltate prin acest curriculum și cele propuse în cadrul altor discipline din cadrul universității - teoretică și vocațională;• nevoia aprofundării cunoștințelor și dezvoltării competențelor care vor contribui ulterior la buna inserție socială și profesională a studenților.						
Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare							

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <p>Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>1. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <p>Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>2. Competențe acțional-strategice</p> <p>Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane.</p> <p>Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>3. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC)</p> <p>Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală.</p> <p>Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>4. Competențe interpersonale, civice, morale</p> <p>Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>5. Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <p>Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>6. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori)</p> <p>Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>7. Competențe antreprenoriale</p> <p>Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><u>La nivel de cunoaștere:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască, definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studii; ➤ să identifice problematica, principiile și metodele psihologiei adolescenței; ➤ să cunoască diversele teorii privind dezvoltarea umană; ➤ să identifice particularitățile și legitățile dezvoltării psihofizice specifice vârstei adolescente; ➤ să identifice factorii și forțele motrice implicate în dezvoltarea psihofizică a adolescentului. <p style="text-align: center;"><u>La nivel de înțelegere și aplicare:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze și să generalizeze abordări, diferite concepte, noțiuni, fenomene ale dezvoltării psihice; ➤ să stabilească relații dintre particularitățile de vârstă și aspectele demersurilor educaționale; ➤ să compare perioadele de dezvoltare psihofizică; ➤ să realizeze cercetări științifice aplicative; ➤ să aplice cunoștințele psihologice acumulate în activitatea didactică; ➤ să promoveze în procesul educațional relația profesor-elev axată pe formula „subiect-subiect”; ➤ să conștientizeze rolul studierii psihologiei vârstelor pentru succesul activităților sportive. <p style="text-align: center;"><u>La nivel de integrare:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze strategii didactice în realizarea activităților didactice în conformitate cu particularitățile de vârstă; ➤ să acționeze eficient în cadrul activității profesionale, privind soluționarea

	problemelor condiționate de perioadele de criză, și particularitățile de dezvoltare; ➤ să aplice abordarea interdisciplinară în cadrul „Psihologiei adolescenței”; ➤ să proiecteze și să aplice strategiile didactice, ținând cont de particularitățile individuale ale adolescenților, în activitatea profesională.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Aspecte dominante ale dezvoltării psihice la vârsta adolescență	10	1	1	8
	2	Particularități ale dezvoltării senzoriale la vârsta adolescență	10	2	-	8
	3	Particularități ale dezvoltării cognitive la vârsta adolescență	20	2	1	17
	4	Comunicarea și limbajul în adolescență	20	2	2	16
	5	Particularitățile proceselor psihice reglatorii în adolescență	20	1	2	17
	6	Particularitățile afectivității în adolescență	10	2	4	4
	7	Particularitățile motivației în adolescență	10	2	2	6
	8	Personalitatea aptitudinilor și creativității la vârsta adolescență	10	2	2	6
	9	Manifestarea aptitudinilor și creativității la vârsta adolescență	10	2	2	6
	10	Particularitățile subidentității profesionale, familiale și socioculturale la vârsta adolescență	20	2	2	16
11	Particularitățile învățării la vârsta adolescență	10	2	2	6	
Total			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe psihologice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese psihice din cadrul educațional; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind probleme ale psihologiei adolescenței; • elaborarea și publicarea unor articole științifice care țin de probleme a psihologiei adolescenței; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul psihologiei adolescenței; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate. 					
	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul unității de curs <i>Psihologia adolescenței</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta 					

Strategii de evaluare	<p>constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Psihologia adolescenței</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Birch, A., Psihologia dezvoltării, Editura Tehnică, București, 2000. 2. Crețu T. Psihologia vrstelor. Polirom, 2016. 3. Golu P., Învățare și dezvoltare, Editura Științifică și Pedagogică, București, 2015. 4. Gonciaruc SV., Antoșciuc Irina Socializarea prin sport în perioada adolescenței Materialele Congresul Științific Internațional: „Sportul olimpic și sportul pentru toți”, ed. XV-a, vol. II., Chișinău USEFS, 2011 p. 434-438 5. Gonciaruc SV., Antoșciuc Irina Determinarea coeziunii de grup la adolescenți în cadrul echipei sportive. Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice”. – Chișinău: USEFS, 7-8 noiembrie 2013 p. 11-14. 6. Gonciaruc SV., Identificarea imaginii de sine la adolescenții cu devieri de comportament în procesul educației fizice. <i>Teoria și arta educației fizice în școală</i>. Chișinău: USEFS. 2015, nr.2, p. 6-10. ISSN 1857-0615 7. Gonciaruc SV., Activitatea academică independentă a masteranzilor la disciplinele psihopedagogiei sportului. Materialele Congresului științific internațional: Sport. Olimpism. Sănătate. vol. I. 5-8 octombrie 2016, Chișinău, USEFS. p.390-397 ISBN 978-9975-131-32-2. 8. Gonciaruc 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. Gonciaruc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS. 10. Gonciaruc Sv., Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației fizice incluzive Materialele Conferinței Științifico-practice „Educația incluzivă – dimensiuni provocări, soluții”. Ediția IX-a, 19 octombrie 2018, Universitatea de Stat „A.Russo” din Bălți. 11. Gonciaruc Sv., Реализация инклюзивного образования в Государственном Университете Физического Воспитания и Спорта: достижения, проблемы и перспективы. Materialele Conferinței Științifice Internaționale Realizarea învățământului incluziv în instituțiile de învățământ superior: performanțe, probleme, perspective” 29 martie 2019, Chișinău, USEFS. 12. Gornostal V., Gonciaruc Sv., Cijic Ș. Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.3-8. 	

13. Știrbu M., Goncearuc Sv. Компенсаторный механизм в структуре педагогической деятельности учителя физического воспитания и спортивного тренера. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.73-79.

14. Goncearuc S. Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale. În: Congresul Științific Internațional “Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția a IV-a 19-21 septembrie 2019, USEFS, Chișinău, Moldova. ISBN 978-9975-131-80—3, pag.19-27.

15. Goncearuc S. Dimensiuni psihopedagogice privind motivația elevilor pentru practicarea sportului. În promovarea valorilor sportive în comunitatea școlară prin modele de bune practici. Materialele Simpozionului Național Științifico-Practic, 17-18 octombrie 2019, Chișinău, pag.19-27.

16. Goncearuc Sv., Leșco V. Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale ”Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, Materialele Conferinței Științifice Internaționale 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău., ISBN 978-9975-131-78-0.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI</i>					
Denumirea cursului		Pedagogia toleranței					
Titularul cursului		Leșco Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.A.010	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	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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Reforma educațională urmărește, printre alte obiective importante, formarea de comportamente și atitudini tolerante, pe baza cărora studenții să acționeze cu înțelegere și responsabilitate în diverse circumstanțe ale vieții.</p> <p>Noile educații, promovate cu insistență în ultimul timp, inclusiv grație inițiativei UNESCO, includ și educația pentru toleranță ca prioritate, paralel cu educația pentru pace și democrație și educația pentru drepturile omului. Aceste componente însemnate ale educației axiologice au ca scop cunoașterea și respectarea valorilor fundamentale ale societății democratice, dezvoltarea conduitei participative la viața socială, cultivarea păcii și a toleranței etc.</p> <p>În Concepția Educației din Republica Moldova, printre temeiurile obiectivelor educaționale se evidențiază și formarea capacității de a acționa pe baza tolerării diferențelor, iar la indiciile culturii civice atestăm manifestarea toleranței față de diferențe și a solidarității în viața cotidiană.</p> <p>Disciplina <i>pedagogia toleranței</i> studiază educația pentru toleranță la nivelul principiilor, obiectivelor, conținutului și strategiilor specifice.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe cheie/transversale dezvoltate în cadrul disciplinei</p> <ol style="list-style-type: none">1. Competențe interpersonale, civice, morale;2. Competențe de a învăța să înveți;3. Competențe de învățare în limba maternă;4. Competențe acțional-strategice;5. Competențe de autocunoaștere și autorealizare;6. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori). <p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none">• Diagnosticarea comportamentului și a atitudinilor din perspectiva toleranței;						

	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestarea spiritului toleranței și al culturii păcii; • Practicarea toleranței în relațiile cotidiene dintre copii, profesori și părinți. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele operaționale ale pedagogiei toleranței; • Să interpreteze teoretic conceptul pedagogic de educație pentru toleranță; • Să elaboreze obiectivele, conținutul și metodologia educației pentru toleranță; • Să argumenteze determinările psihopedagogice ale dezvoltării toleranței cadrelor didactice; • Să integreze toleranța pedagogică în referențialul profesional al cadrelor didactice; • Să proiecteze strategii de dezvoltare a toleranței pedagogice; • Să valorifice principiile și valorile toleranței în comunicarea pedagogică; • Să evalueze cultura profesională a cadrelor didactice în baza criteriilor și indicatorilor toleranței pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dimensiuni teoretice ale pedagogiei toleranței	10	1	1	8
	2	Educație pentru toleranță – obiect de studiu al pedagogiei toleranței	10	2	-	8
	3	Principiile, obiective, conținutul și metodologia educației pentru toleranță	20	2	1	17
	4	Determinări educaționale ale dezvoltării toleranței pedagogice	20	2	2	16
	5	Toleranța pedagogică în referențialul profesional al cadrelor didactice	20	1	2	17
	6	Strategii de dezvoltare a toleranței pedagogice	10	2	4	4
	7	Evaluare toleranței pedagogice. Criterii – indicatori – valori ale toleranței pedagogice	10	2	2	6
	8	Toleranța socială în comunitate	10	2	2	6
	9	Toleranța interpersonală în școală	10	2	2	6
	10	Toleranța/intoleranța în familie	20	2	2	16
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe psihologice. Astfel, ne propunem să realizăm un șir de strategii, precum: prelegerea, explicația, dezbateră, studiul individual, portofoliul, proiectul, activități în grup etc., elaborarea și susținerea proiectului de dezvoltare personală, consultarea surselor bibliografice de bază.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a</p>					

Strategii de evaluare	<p><i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cornelius, H., Faire, Sh., Știința rezolvării în conflicte, București, 1996. 2. Cuznețov, L., Etica educației familiale, Editura ASEM, Chișinău, 2010. 3. Cuznețov, L., Dimensiuni psihopedagogice și etice ale parteneriatului educațional, Editura UPS „I. Creangă”, Chișinău, 2000. 4. Kelly, M.R. ș.a., Gen, globalizare și democratizare, Iași, Polirom, 2002. 5. Parlicov, E., Uzicov, N. ș.a., Cunoașterea drepturilor refugiaților pentru educația toleranței, Chișinău, 2003. 6. Reardon, B., A., Toleranța – calea spre pace, Arc, Chișinău 2004. 7. Stoica-Constantin, A., Neculau, A., Psihosociologia rezolvării conflictului, Iași, Polirom, 2002. 8. Ștefănescu, Doina-Olga, Dilema de gen a educației, Polirom, Iași, 2008. 9. Educarea în spiritul toleranței, Gunivas, Chișinău, 2004. 10. Educație pentru toleranță în: Didactica Pro..., revistă de teorie și practică educațională, nr.4 (26), octombrie, 2004. 11. Educație pentru toleranță, supliment al revistei de teorie și practică educațională Didactica Pro..., 2004. 12. Allport G.W., Structura și dezvoltarea personalității. București, Ed. Didactică și pedagogică, 1991. 13. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 14. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 15. Gonciaruc S. Strategii de pregătire psihică a adolescenților în procesul antrenamentului sportiv. În Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentești, Ediția a XXIV-a din 22 aprilie 2021. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT					
Denumirea cursului		Teoria și metodică educației fizice profesional-aplicative					
Titularul cursului		Danail Serghei					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.A.011	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	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	10	10	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de psihopedagog, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de educație fizică profesional-aplicativă în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” vizează soluționarea următorilor <i>obiective generale</i>:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare în cadrul teoriei educației fizice profesional-aplicative.</p>						

	<p>- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice cu orientare profesional-aplicativă.</p> <p>- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei educației fizice profesional-aplicative în activitățile educaționale.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul psihopedagogiei educației fizice includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de fitness și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului de psihopedagogie în domeniul educației fizice profesional-aplicative.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <p>9. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional-aplicative ca știință.</p> <p>10. Cunoașterea bazelor fiziologice, psihologice și pedagogice ale activității motrice.</p> <p>11. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității.</p> <p>12. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice profesional-aplicative în plan culturologic, acmeologic, economic, juridic, etc.</p> <p>13. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice.</p> <p>14. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare.</p> <p>15. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității prin activitățile motrice cu orientare aplicativă profesională.</p> <p>16. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice în cadrul educației fizice profesional-aplicative.</p> <p>17. Realizarea principiilor didactice, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ în sistemul de pregătire fizică profesional-aplicativă.</p> <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <p>10. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale.</p> <p>11. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale orientate spre pregătire profesional-aplicativă a personalității specialistului.</p> <p>12. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice de formare psixosocială a personalității în cadrul procesului educațional al culturii fizice profesional-aplicative.</p> <p>13. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice profesional-aplicative în în formarea socio-profesională a personalității specialistului.</p>

14. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățământului de cultură fizică profesional-aplicativă – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile necesare personalității specialistului pentru realizarea reușită a obiectivelor din cadrul activității socioprofessionale.

15. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare.

16. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază.

17. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile ale procesului educațional de educație fizică profesional-aplicativă.

18. Posedarea principiilor și metodelor de învățare, de instruire și de educare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative cu orientare profesional-aplicativă.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.

1. Componenta/competența gnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

6. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive.

4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

7. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

8. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelor competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. **Competența conceptuală** (cunoașterea bazei conținutului).

2. **Competența instrumentală** (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).

7. **Competența integrativă** (abilitatea de a implementa cunoștințele).

	<p>8. Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale).</p> <p>9. Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare).</p> <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități:</p> <p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul Culturii fizice profesional-aplicative. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>	
	<p>1</p>	<p>Cultura fizică ca fenomen social, cultural și educațional al societății umane.</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>8</p>	
	<p>2</p>	<p>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative ca obiect de abordare științifică și de studiu.</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>12</p>	
	<p>3</p>	<p>Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>12</p>	
	<p>4</p>	<p>Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>	
	<p>5</p>	<p>Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare cu orientare profesional-aplicativă.</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>12</p>	
	<p>6</p>	<p>Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza orientativă pentru educația fizică profesional-aplicativă.</p>	<p>16</p>		<p>2</p>	<p>2</p>	
	<p>7</p>	<p>Teoria activității ca factor definitiv în</p>			<p>2</p>	<p>2</p>	

	formarea conceptului de cultură fizică profesional-aplicativă.	14				10
8	Educația fizică profesional-aplicativă a studenților.	14		2	2	10
9	Diagnostica și controlul pedagogic în cadrul activităților de educație fizică profesional-aplicative.	16		2	2	12
10	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei educației fizice profesional-aplicative.	16		2	2	12
Total		150	10	10	20	110

Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului

Componentele de bază ale programei la disciplina „*Teoria și metodică educației 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizice profesional-aplicative. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul calității integrative.

Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice cu orientare profesional-aplicativă. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:

- elaborarea și prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice;
- elaborarea *comunicărilor științifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică.
- elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS;
- organizarea și participarea la *discuții, mese rotunde sau conferințe* cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice;
- participarea la *acțiuni de voluntariat* în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS.

Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: *profesor și masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.

Masteranzii se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.

Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.

În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.

	<p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei „<i>Teoria și metodică educației fizice profesional-aplicative</i>” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>”; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<p>1. Ceban V., Danail S. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studenților la facultățile pedagogice universitare: Material didactic. – Chișinău: CEP USM, 2004.</p> <p>2. Danail S.N. Oneț I. Optimizarea pregătirii fizice profesional-aplicative a viitorilor ingineri navali prin implementarea în lecțiile de educație fizică a mijloacelor din înot și baschet (monografie). - Chișinău: Valinex, 2007.</p> <p>3. Drăgănescu E. Optimizarea conținutului educației fizice privind pregătirea profesional aplicativă a studenților de la universitățile de medicină în baza intensificării procesului de studii: Dis. ... doct. în. șt. ped. - Chișinău, 2000.</p> <p>4. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale: Vol. I și Vol. II. - Academia Națională de Educație Fizică și Sport. – București, 1992.</p> <p>5. Filipescu D. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studenților universitari de medicină în cadrul disciplinei “Gimnastica”: Dis. ... doct. în. șt. ped. – Chișinău,</p>	

1999.

6. Mărgineanu N. Selecția și orientarea profesională. – București: Didactică și 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



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI</i>					
Denumirea cursului		Didactica înotului					
Titularul cursului		Rîșneac Boris					
Ciclul (<i>M-masterat</i>)	II	Codul cursului	S.02. O.013	An ul	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 specialitate)							
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (<i>C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri</i>)					
e-mail	catedra- natacie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	10	10	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica înotului” preconizat pentru pregătirea profesională a studenților masteranzi în profilul pedagogic reprezintă un document normativ ce reflectă condițiile și cerințele instruirii în activitatea pedagogico-sportivă din învățământul universitar de Cultură Fizică.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu structura și conținutul planului de învățământ.</p> <ul style="list-style-type: none">- Obiectivele generale sunt orientate spre formarea specialiștilor cu profil pedagogic prin implementarea unui sistem teoretico-metodic în organizarea și desfășurarea procesului de instruire în cadrul disciplinei „Didactica înotului”.- Obiectivele cadru vor fi direcționate spre crearea unui mecanism pedagogic stabil de perfecționare a viitoarelor cadre didactice în procesul de instruire la orele teoretico-metodice stabilite în conținutul disciplinei „Didactica înotului”.- Obiectivele de referință vor fi axate spre pregătirea practico-metodică în vederea încadrării eficiente în procesul instructiv-pedagogic, prin metodele și mijloacele „Natației”. <p>Conținuturile stabilite în curriculum vin să contribuie la realizarea obiectivelor – cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematice.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi din cadrul USEFS vor studia disciplina dată în anul I, sem. II, realizând un număr de 90 ore pe parcursul semestrului acumulând un număr de 5 credite.</p> <p>În acest sens curriculum vizat va constitui un reper teoretico-metodic în vederea formării profesionale a specialistului în profilul psiho-pedagogic de Cultură Fizică.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea și aplicarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesionale în cadrul desfășurării procesului instructiv-educativ la orele de natație; • Formarea trăsăturilor de personalitate: caracter (fermitate, spirit de decizie, intransigență, independență); temperament (autocontrol, optimism), atitudini (disciplină, ordine, motivație și realizare profesională), aptitudini (de organizare, creativitate); • Realizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de practicare independentă a mijloacelor de natație; • Proiectarea și gestionarea proiectelor programelor de dirijare a procesului instructiv educativ și coordonarea activității de practicarea a procedeele sportive de înot; • Educarea și promovarea simțului instruirii și perfecționării continuu, realizarea unei educații continuă în activitatea de practicarea a procedeele sportive de înot; • Asigurarea unui management eficient a relațiilor dintre cadrele didactice a colectivelor de studenți, practicanți în crearea unui mecanism educațional favorabil. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activităților didactice în corespundere cu tipul practicării mijloacelor specifice natației; • Aplicarea procedeele psiho-pedagogice în corespundere cu etapele de instruire ale studenților – masteranzi. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și mijloacele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeele sportive, aplicative și de caracter creativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodica reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeele de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație; coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare lecția de înot și lecția de aquaerobică conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înece, transportarea și acordarea primului ajutor persoanei care a căzut în primejdie. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată organiza, desfășura jocuri, distracții și competiții la înot; - a participa și a organiza manifestările de salvare de la înece, transportarea și acordarea primului ajutor; - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative; - să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N / O	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	LI

	1. Bazele tehnicii înotului sportiv	12	2			10
	2. Tehnica înotului sportiv	23	2	2	4	15
	3. Metodica de învățare a tehnicii înotului sportiv	23	2	2	2	15
	4. Principiile, metodele și mijloacele instruirii în natație	19	2	1	1	15
	5. Metodica planificării procesului de instruire a înotului în structurile învățământului primar, gimnazial și liceal	19	4			15
	6. Metodica procesului de instruire a copiilor în taberele de odihnă	19	2	1	1	15
	7. Bazele tehnicii înotului aplicativ și metodica instruirii	19	2	1	1	15
	8. Organizarea și desfășurarea competițiilor la înot, jocurilor dinamice și activităților recreative pe apă	14	2	1	1	10
	Total	150	20	10	10	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și <i>lucrărilor individuale – organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice în apă</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul practice.</p>					
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%	
	ota lucrul individual				20%	

Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013. 2. Fiedler P., Fetescu S. - Înot. Manual. Universitatea „AL. I. CUZA” IAȘI. Facultatea de educație fizică și sport, 1996. 3. Regulile competițiilor de înot (ultimile ediții). 4. Szatmari L., Ceontea D., Pop N.H., Baloga I., <i>Înot - Suport de curs. Lucrări practice, 2009.</i> 5. Булгакова Н. Ж.– Игры у воды, на воде, под водой: - М.: ФиС, 2000. 6. Булгакова Н. Ж. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 8. Водные виды спорта: Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр. «Академия», 2003. 9. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 10.Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 11.Давыдов В.Ю. Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим. – Волгоград: ВГАФК, 2007. 12.Дьяченко Е., Скорценский Д. Курс лекций по дисциплине «Спортивное плавание»: для студентов пед. фак., обучающихся по специальности 1000.3 «фитнес и рекреационные программы». Кишинэу: Б. 2018 (Tirogr. Totex-Lux). 135p ISBN 978-9975-3191-0-2. 13.Лоуренс Д. – «Акваэробика. Упражнения в воде»/Д. Лоуренс. – М.: ФАИР – Пресс, 2000. 14.Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 15.Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
--------------------------------	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Didactica jocurilor sportive (Fotbal, Baschet, Volei, Handbal)					
Titularul cursului		Sîrghi Serghei					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.O.014	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	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmij@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	8	-	32	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum universitar la disciplina „Didactica jocurilor sportive” are menirea să-și aducă aportul la completarea studiilor universitare, finalitate prevăzută de Legea învățământului. Conținutul este axat pe traseul particular de învățare individuală or de grup, care corespund activității practice la ciclul II academic și trebuie să asigure acumularea cunoștințelor de cercetare și inovare care sunt alcătuite din cerințele de cunoaștere, aplicare și integrare ce în cele de urmă duc la perfecționarea cunoștințelor apoi la aplicarea noi și integrării curente, care în mod organic perfectează lanțul spiralic accesoriu al obiectului.</p> <p>Jocuri sportive sunt accesibile și spectaculoase, se bucură de o largă popularitate în rândul tineretului de pretutindeni, iată de ce ele au fost și rămân un compartiment de bază în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Principalele sarcini ale cursului sunt acumularea de către masteranzi a cunoștințelor teoretico-metodice a acestor jocuri sportive și formarea deprinderilor profesionale necesare.</p> <p>În afară de aceasta, programa presupune și acumularea cunoștințelor regulamentelor la diferite probe sportive cu referire la practicarea lor cât la nivelul de începătorilor, atât și la nivelul performanță.</p> <p>Lucrul instructiv-educativ a cursului de jocuri sportive se organizează sub forma de prelegeri, lecții metodico-practice și lucrul individual.</p>						
	Competențele dezvoltate în cadrul cursului Ca rezultatul în urma studierii disciplinei curriculare <i>”Didactica jocurilor sportive”</i> masterandului i se va forma următoarele competențe: ✓ Utilizarea limbajului de specialitate în relațiile de comunicare; ✓ Valorificarea informațiilor, metodelor și mijloacelor specifice disciplinei de studiu;						

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizarea cunoștințelor, metodelor și mijloacelor specifice disciplinei de studiu, în vederea dezvoltării capacității de antrenorat; ✓ Aplicarea sistemului de reguli specifice organizării și practicării de programe și dirijare a lecției de educație fizică unui comportament adecvat în cadrul relațiilor interpersonale și de grup; ✓ Valorificarea programării și dirijării în domeniul lecției în corespundere cu obiectivele fixate, cu problematica de investigare, cu datele culese și analizate, și nu în ultimul rând conturarea soluțiilor. 						
Finalități și performanțe la curs/modul	<p><i>a) Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea noțiunilor principale în domeniul jocurilor sportive (volei, baschet, fotbal, handbal); • Cunoașterea, înțelegerea și interpretarea a formelor de planificare a lecțiilor de jocuri sportive; • Aplicarea în practică a metodelor și mijloacelor specifice de desfășurare a lecțiilor în proba jocurilor sportive și verificarea deprinderilor motrice specifice, caracteristică pentru fiecare joc în parte; <p><i>b) Instrumental - aplicative</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizări unor aplicații practice a cunoștințelor acumulate; • Aplicarea cunoștințelor speciale din domeniul planificării și organizării a lecțiilor de volei, baschet, fotbal, handbal cu copii de diferite vârste; • Asigurarea lucrului calitativ din punct de vedere a planificării și locului lecției de volei, baschet, handbal, fotbal în curriculumul școlar; <p><i>c) Cercetare</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Manifestarea capacităților organizatorice care vor contribui la organizarea și pregătirea lecțiilor de volei, baschet, fotbal, handbal; • Determinarea criteriilor de ridicarea posibilităților specifice ale copiilor și verificarea capacităților tehnice la jocuri sportive; <p><i>d) Informaționale</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de aplicare a cunoștințelor în desfășurarea lecțiilor de jocuri sportive; • Competența de planificare și elaborarea a întregului proces de însușire și practicare a probelor volei, baschet, fotbal, handbal ; • Aptitudini de realizare a surselor informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a masterandului. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	LP	LI
1	Noțiuni generale despre conținutul jocului de volei (baschet, fotbal, handbal)	30	8	-	-	22	
2	Sistematizarea acțiunilor tehnice ale jocului de volei (baschet, fotbal, handbal)	30	-	-	8	22	
3	Determinarea și analiza a acțiunilor tactice în atac și apărare la jocul de volei (baschet, fotbal, handbal).	30	-	-	8	22	
4	Noțiuni din regulamentul ale jocului de volei (baschet, fotbal, handbal)	30	-	-	8	22	
5	Analiza practico-metodică a însușirii jocului de volei (baschet, fotbal, handbal)	30	-	-	8	22	
Total			150	8	-	32	110
Strategii de predare&	Una din strategiile didactice ale disciplinei „ <i>Didactica jocurilor sportive</i> ” se va orienta supă realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătirea din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii,						

<p>învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>1. <i>Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice.</i> Proiectarea didactica la disciplina de studiu va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategii didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>2. <i>Metodele și tehnicile de predare-învățare.</i> Se vor baza pe următoarele criterii:</p> <ul style="list-style-type: none"> - metodele de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală; demonstrația; conversarea; învățarea individuală și în echipă; exercițiul; descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea; simularea; cooperarea; asaltul de idei; studiul de caz; feed-back-ul; experimentul; metoda statistico-matematică. <p>Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale, este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației conștiente.</p> <p>3. <i>Diversificarea formelor de învățare</i> va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual; - comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand. <p>4. <i>Realizarea interdisciplinarității.</i> În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, fiziologie, chimie, biologie, fizică, psihologiei, pedagogiei etc. Interdisciplinaritatea reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p>5. <i>Centrarea de masterand.</i> În procesul instructiv-educativ accent deosebit se va pune pe competențele masterandului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. <i>Evaluarea inițială/</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>

	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	<p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ioan Burcă, Florin Țurcanu, Laura Ciulea. Volei în kinetoterapie – Cluj-Napoca – Editura G.M.I., 2009. 128 p. 2. Tatiana Conohova, Grigori Capațina. Aplicarea jocului de volei în kinetoterapie. Chișinău, 2015. 88 p. 3. Groapă F., Mîrza D. Volei - în învățământ. - Plumb-Bacău, 1998. 216 p. 4. Simion Gheorghe. Volei – Elemente din teorie și practică pentru începătorii. Editura Universității din Pitești.-1998. 121 p. 5. Alexandru Păcuraru. Volei - Teorie și Metodică. - Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos”. Galați, 1999. 375 p. 6. Țurcanu Florin, Țurcanu Simona. Istoria educației fizice și a kinetoterapiei. Note de curs. Editura Târgu Mureș. 2011. 148p. 7. Клещев И. Волейбол. Минск, ФиС, 1986. 340 с. 8. Портных Ю. Спортивные и подвижные игры. Москва, ФиС, 1986. 286 с. <p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Balint Gheorghe. Fotbal. Curs de bază. 2001, 256 p. 2. Cernăianu C., Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. Ed. Roteck PRO, București, 2000, 224 p. 3. Cojocaru V. Fotbal de la 6 la 18 ani. Metodica predării. Editura ANEFS, București. 2002, 189 p. 4. Motroc I. Fotbal de la teorie la practică. Ed. Rodos. București, 1994, 186 p. 5. Miu Șt. Fotbal specializare. Ed. Fundației România de mâne. București, 2001, 200 p. <p style="text-align: center;">Baschet</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ciorbă C. Baschetul la 8-12 ani. – Universitatea „I. Creangă”. - Chișinău, 2001. 130 p. 2. Ciorbă C. Baschet curs grafic. Editura PIM. Iași, 2006. 122 p. 3. Cucereavii O. Baschet chestionar de reguli. Chișinău, 2005. 36 p. 4. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p. 5. Cucereavii O., Scutelnic V., Comarnițchi I. Interpretarea regulamentului jocului de baschet (ghid metodic: gesturi și reguli). Chișinău, 2012. 90 p. 6. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivotilor în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p. <p style="text-align: center;">Handbal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Morarenco L. Praporșic A. Handbalul 7:7. Cartea Moldovenească, Chișinău, 1986, 98 p. 2. Ioan Constantin-Germănescu. Handbal în 7. București, 1966, 283 p. 3. Кудряшов В.А. Спортивные игры. Минск, 1968, 259 с. 4. Портных Ю.И. Спортивные игры. ФиС. М.: 1975, 253 с. 5. Игнатьева В.Я. Гандбол. ФиК. Москва: 2008, 371 с. 6. Bota L., Bota I. 500 exerciții pentru învățarea jocului. Editura Sport-Turism. București, 1990, 113 p. 7. Budevici A., Șiijciru C. Metodica predării handbaliștilor juniori. Editura Valinex. Chișinău. 2004. 15 p. 8. Eftene A., Alexandru L. Handbal. Editura Valinex. Chișinău, 2005, 120 p. 9. Budevici-Puiu A., Capațina Gr., Verejan R., Suponicov V. Handbal liceal. Teorie și metodică. Chișinău, 2012, 128 p. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI</i>					
Denumirea cursului		Didactica sporturilor de lupte					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.O.016	Anul	II	Semestrul	III
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	Probe sportive individuale	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.psi_usefs. md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica sporturilor de lupte” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul educației fizice și sportului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera dată.3. Aplicarea legislației în domeniul educației fizice și sportului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.4. Organizarea dezbaterilor asupra unor particularități de influența sporturilor de contact și artelor marțiale asupra organismul omului;5. Organizarea și participarea la discuții, victorine, seminare, stagii, mese rotunde sau conferințe cu studenții/masteranzii/doctoranzii din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculumul vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi</p>						

	<p>corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice și sportului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea lecțiilor de educație fizică și de antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lecțiilor de educație fizică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a lecțiilor de educație fizică; • Proiectarea unor lecții și antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul "Științele ale educației". • Asigurarea unui management eficace al relațiilor în cadrul lecțiilor de educație fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor și antrenamentelor sportive al elevilor; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii. 					
	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei; ▪ cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei, ▪ să identifice și să caracterizeze tipurile de probe sportive de lupte; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la diferite probe sportive de lupte. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele din poziția de sus și parter; ▪ explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei; ▪ să analizeze și să explice pregătirea individuală a unui elev; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării competițiilor la lupta națională "Trântă". <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura unor exerciții fizice speciale; ▪ să respecte particularitățile luptei naționale "Trântă". 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Știința sporturilor de lupte, Istoria și apariția sporturilor de luptă	8	2		6
	2	Sisteme biomecanice și de cercetare a activității motrice.	8	2		6
	3	Profilaxia traumatismului la lecțiile în sporturile de luptă.	8	2		6
	4	Clasificarea și sistematizarea sporturilor de luptă (tradiționale, sportive, aplicative și sportiv-combative).	8	2		6
	5	Clasificarea sistemelor de sănătate din est și impactul lor asupra corpului uman.	8	2		6
6	Avantajele gimnasticii orientale în comparație cu sporturile de contact	8	2		6	

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		europene.					
	7	Tipuri și conținutul lecțiilor în sporturile de luptă.	10	2	2	6	
	8	Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală a luptătorului.	10		2	8	
	9	Bazele generale ale învățării exercițiilor speciale și procedeele tehnice în sporturile de luptă.	8		2	6	
	10	Metodica dezvoltării calităților fizice și capacităților motrice prin jocuri dinamice în sporturile de luptă.	10		2	8	
	11	Metodologia învățării exercițiilor speciale și procedeele tehnico-tactice utilitar-aplicative în sporturile de luptă.	8		2	6	
	12	Bazele instruirii exercițiilor speciale și procedeele tehnice în sporturile de luptă.	10	2	2	6	
	13	Specificul organizării și desfășurării lecției de educație fizică cu contingent divers de subiecți prin aplicarea jocurilor specifice luptelor.	8	2		6	
	14	Metodologia învățării exercițiilor speciale și procedeele tehnico-tactice utilitar-aplicative în sporturile de luptă.	8		2	6	
	15	Bazele instruirii exercițiilor speciale și procedeele tehnice în sporturile de luptă.	8		2	6	
	16	Mijloacelor din sporturi de luptă aplicate în educație fizică.	10		2	8	
	17	Specificul organizării și desfășurării lecției de educație fizică prin aplicarea mijloacelor din sporturi de luptă cu contingent divers de subiecți.	12	2	2	8	
	Total			150	20	20	110
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>					

Strategii de evaluare	<p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere greco-romane: Curs de bază/ Ilie Chirtoacă, Alexei Postolachi, Alexandr Chirtoacă. Chișinău, 2016. 161 c. (ISBN 978-9975-68-027-1) 2. Ciorbă Gh., Genunchi C., Polevaia-Secăreanu A. Semnificația mijloacelor și tehnicilor tai chi chuan privind tratarea durerilor de spate. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 172-180. (ISBN 978-9975-4452-8-3) 3. Hantău I., Manolachi V. Pregătirea fizică a judocanilor de performanță: Manual pentru instituțiile cu profil sportiv. Chișinău, 2000. 200 p. 4. Manolachi V.G. Sporturi de luptă – teorie și metodică. INEFS. Chișinău: F.E.P., 2003. 400 p. 5. Rabovol O., Tripac C., Polevaia-Secăreanu A. Tratamentul afecțiunilor respiratorii prin intermediul artelor marțiale chinezești. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 193-201. (ISBN 978-9975-4452-8-3) 6. Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрян А.Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова. Монография: Кишинев: Б.и. 2013 (Типогр. „Valinex SRL”). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5) 7. Абаев, Н.В. Лечебная гимнастика у-шу: Комплекс из 18-ти упражнений. 1990. 52 с. 8. Гагонин, С.Г. Развитие теории и практики физической культуры путем обобщения опыта боевых искусств востока: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04: СПб., 1998. 432 с. 9. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с. 10. Лейкин, С.Ф. Особенности психологической подготовки в циньна и шуайцзяо. В: Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: Матер. конф. СПб, 1996, с. 52-55. 11. Панченко, Г.К. (ред.) История боевых искусств. Колыбель цивилизаций. М.: Олимп; ООО „Изд. АСТ”, 1996. 480 с. 12. Полевая-Секэрян А.Г., Афтимичук О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chișinău.: "Valinex" SA, 2015. 174 p. (ISBN 978-9975-68-270-1) 13. Полевая-Секэрян А. Сравнительная характеристика занятости населения различными видами единоборств в Молдове и Германии. В: 	

Материалах IV Международной научно-практической конференции молодых ученых: Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма. Минск, БГУФК 21 апреля 2011.с.130-133 (ISBN 978-985-6953-69-2)

14. Полевая-Секэрянэ А. Женские силовые виды спорта и единоборства: за и против. În: Sporirea prestigiului și a rolului femeii în sport: seminar metodicо-științific regional. Chișinău, Editura USEFS, 2009, p.83-87.

15. Стулова, Э.С. Даосская практика достижения бессмертия. Из истории традиционной китайской идеологии. В: Сборнике статей. М.: Наука, 1984, с. 230-270.

16. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова: Стратегическое направление: Восстановление человеческого, природного ресурса, информации об устойчивом развитии: / Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Монография: Высший Совет по Науке и Технологии Развития Акад. Наук Молдовы. Кишинев: 2013 (Tipogr.,Valinex SRL”). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)

17. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. I / Препедевтика. Москва: Советский спорт, 1997. 280 с.

18. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. II / Кинезиология и психология. Москва: Советский спорт, 1998. 280 с.

19. Шулика Ю.А. и др. Дзюдо. Система и борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных фак-тов пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика [и др]. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 800 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Etica și deontologia în sport					
Titularul cursului		Ghețiu Adelina					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.017	Anul	II	Semestrul	III
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 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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Etică și deontologie în sport” reprezintă un document de politici educaționale conceput într-o manieră inter și transdisciplinară, fiind axat pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. Acest document se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova. Introducerea unității de curs „Etică și deontologie în sport” răspunde unor cerințe educative, sociale și economice noi și se adresează absolvenților facultăților de profil, masteranzilor și cadrelor didactice/specialiștilor care activează în diferite instituții de învățământ.</p> <p>Conținutul și structura curriculum-ului sunt elaborate în așa fel încât să răspundă schimbărilor impuse de abordarea curriculară sistemică în realizarea procesului educațional. 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 și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Etică și deontologie în sport” este un document regulator, înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare-învățare-evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Noutatea demersului constă în delimitarea parcursului de învățare pe baza</p>						

	<p>unui model care îmbină competențe, criterii de performanță și condiții de aplicabilitate. Abordarea presupune corelarea unităților de competență din standardul de pregătire profesională cu conținuturile învățate.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască, definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu; ➤ să recunoască și diferențieze diferitele orientări filosofice în domeniul eticii și să facă comparații pertinente între acestea; ➤ să descrie aspectele etice și deontologice ale profesiei pedagogice (normele morale, cod deontologic, jurământul pedagogului etc.) ➤ să explice modul de articulare a normelor morale cu codul deontologic al specialistului în domeniul educației fizice și sportului; ➤ să evalueze variante posibile de interacțiune între ținuta vestimentară - cultura vorbirii stima de sine. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să aplice principiile, normele și valorile eticii și deontologiei profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; ➤ să identifice rolurile și responsabilitățile într-o echipă plurispecializată și să aplice tehnici de comunicare, de relaționare și de munca eficientă în cadrul echipei;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să distingă și să combată, în viitoarea lor profesie, fapte, atitudini, comportamente și acțiuni incompatibile cu deontologia profesiei lor; ➤ să identifice factorii ce favorizează comportamentul etic al specialistului în domeniul educației fizice și sportului; ➤ să proiecteze posibile acțiuni ale pedagogului din perspectiva respectării tactului pedagogic și empatiei; ➤ să compare consecințele comportamentului etic și al comportamentului neetic, imoral; ➤ să explicitizeze importanța comunicării oneste și a tratamentului corect față de educabili; ➤ să realizeze cercetări științifice aplicative; ➤ să propună modalități de soluționare a conflictelor în diferite situații de caz (conflicte în relația cu elevii/sportivii, părinții, colegii, comunitatea); ➤ să conștientizeze rolul normelor etice și deontologice pentru succesul activităților sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze strategii didactice în realizarea activităților didactice în conformitate cu normele și valorile specifice deontologiei cadrului didactic, categoriile și judecățile de valoare proprii eticii și deontologiei modern; ➤ să acționeze eficient în cadrul activității profesionale, privind soluționarea problemelor condiționate de normele și valorile specifice deontologiei cadrului didactic; ➤ să aplice abordarea discriminatorie între valori, non-valori și antivalori în activitatea profesională; ➤ să proiecteze și să aplice strategiile didactice, ținând cont în activitatea profesională de promovarea respectului față de valorile morale autentice ale umanității și ale poporului roman; ➤ să identifice oportunitățile de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.
--	---

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Configurări teoretice în etica și deontologia în sport. Concepte esențiale: morala, moralitate, etica, normă, deontologie. Delimitări conceptuale în etica și deontologia spațiului educativ. Funcțiile și principiile eticii pedagogice. Argumente pentru o etică și o deontologie a profesiei didactice.	20	2	2	16
	2	Deciziile etice în sport. Resurse filosofice. Resurse furnizate de teoriile psihopedagogice. Resurse furnizate de teoriile managementului. Alte categorii de resurse: vârsta, orientarea religioasă etc.	10	2	2	6
	3	Dimensiunea etică a modelului profesiei și a profesionalismului didactic. Elemente ale modelului general al profesiei. Profesionalismul în domeniul educației fizice și sportului. Factori frenatori în profesionalizarea didactică. Personalitatea specialistului în domeniul educației fizice și sportului în contextul măiestriei pedagogice.	20	2	2	16

4	Elaborarea și implementarea codurilor de etică profesională. Precizări terminologice: codul deontologic al specialistului în domeniul educației fizice și sportului. Funcțiile și tipologia codurilor de etică educațională. Etapele elaborării codurilor etice. Un posibil cod deontologic al specialistului în domeniul educației fizice și sportului.	20	2	2	16
5	Valorile eticii educației fizice și sportului și dilemele în educație. Dileme etice în procesul de învățământ. Valorile educaționale. Libertatea și libertatea academică. Autonomia. Dreptatea pedagogică. Responsabilitatea pedagogică. Grijă și generozitatea. Integritatea. „Realitatea întunecată” a educației: didactogenia, imoralitatea, incompetența.	20	2	2	16
6	Aspecte deontologice ale relației dintre actorii procesului educațional. Criterii deontologice în raport cu instrucția, educația și relația “profesor/antrenor -elev”, “profesor/antrenor -colegi”, “profesor/antrenor -părinți”. Jurământul specialistului în domeniul educației fizice și sportului.	10	2	2	6
7	Etica în contextul competenței și măiestriei pedagogice. Arta comunicării etice. Etica comportamentului în structura comunicării: volubilitatea, etapele comunicării, rolurile. Arta interacțiunii pedagogice: stilurile pedagogice. Tactul pedagogic.	10	2	2	6
8	Aspecte teoretice și practice de formare a competențelor (conduitei) etico - pedagogice. Precizări teoretice ale culturii comportării. Etica adresării. Norme și forme de prezentare. Salutul în lumea specialiștilor. Educația culturii exterioare și de comportare Ținuta vestimentară. Expesivitatea și ținuta. Farmecul și fascinația.	10	2	2	6
9	Etica comunicării interpersonale la serviciu. Angajarea la serviciu: recomandări și prezentări. CV -urile. Norme de comportare pe orizontală și verticală la sevicu. Tipurile de etică managerială. Comunicarea managerială și comunicarea etică.	10	2	2	6
10	Autoeducația și praxiologia etică. Metodele praxiologiei etice.	20	2	2	16

	Autoobservarea și autocunoașterea. Autoperfecționarea morală și etică. Programul autoeducației. Metode și tehnici de autoreglare a organismului. Autosugestia. Relaxarea și exersarea etică.				
	Total	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Este important ca profesorul, în procesul de selectare a strategiilor didactice, să țină cont de teoria inteligențelor multiple și în această ordine de idei să folosească atât metode reflexive, cit și dinamice, în special <i>studii de caz, simulări de situații reale, jocul de rol</i> etc. Numai în felul acesta, profesorul va reuși să realizeze un demers didactic calitativ în corespundere cu profilul și particularitățile individuale ale studenților.</p> <p>Se recomandă centrarea demersului didactic pe acțiunile pe care studentul va trebui să le realizeze pentru a dobîndi competențele prevăzute de curriculum și pentru a demonstra, în cadrul evaluărilor, stăpînirea lor. În acest context, utilizarea strategiilor didactice active este prioritară în raport cu strategiile didactice tradiționale.</p> <p>În conformitate cu rigorile actuale, demersul didactic nu poate fi eficient, dacă nu oferă posibilități de integrare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor acumulate de studenți la diverse discipline și dezvoltarea lor prin complementare cu anumite achiziții la lecțiile de consiliere educațională și a carierei. Pentru realizarea acestui deziderat este necesară atât o sincronizare a conținuturilor acestei discipline cu conținuturile altor discipline, acolo unde este posibil, cât și o conlucrare mai eficientă între profesorii acestor obiecte de studiu, care vor combina efortul pedagogic și vor utiliza achizițiile de la o disciplină la alta. Interdisciplinaritatea înseamnă nu doar preluarea de cunoștințe asimilate la alte discipline și utilizate în demersul didactic la disciplina respectivă, dar și promovarea valorilor general-umane, a modelelor comportamentale adecvate unei personalități în devenire.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
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. Basoc N. Deontologia didactică – atribute și normativități. În: Problematika educației în mileniul III: național, regional, european", 2018. p. 481-485.
2. Carta Europeana a Sportului și Codul eticii sportive. Editia revizuită 2001.
3. Codul deontologic al profesorului-antrenor. Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr. 773 din 19.12.2014. 13 p.
4. Copoeru I., Szabo N. Etică și cultură profesională. Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință, 2008.
5. Ghițău R. Codul deontologic al profesiei didactice. Iași: Sedecom Libris, 2012.
6. Ghițău R. Etica profesiei didactice. Iași: Ed. Universității „Al.I. Cuza”, 2013.
7. Gremalschi A. Etica și integritatea academică în învățământul general: Studiu sociologic. Chișinău, 2016. 94 p.
8. Educație pentru sport bazată pe etică. Ghid pentru factorii de decizie politică. Promovarea unei abordări bazate de etică în sport Depășirea abordării hiper-competitive. Proiectul Erasmus+ , 2014. 34 p.
9. Marcu V., Maroti Șt., Voicu A.V. Introducere în deontologia profesiei didactice. ClujNapoca: Editura InterTonic, 1995.
10. Mândăcanu V. Etica pedagogică praxiologică. Chișinău: Pontos, 2010. 588 p.
11. Poenaru R. Deontologia didactică - știința drepturilor și datoriilor profesionale ale educatorilor. În: Revista de pedagogie, nr. 12. 1990. p. 9-12.
12. Popescu V. Etica și deontologia activităților sportive. Chișinău: Tehnopres, 2009. 199 p.
13. Popovici D. Deontologia profesorului și dactilogeniile. În: Forum, nr. 493-494-495, 2000, p. 84-94.
14. Prodan A., Budevici-Puiu A. Strategia deontologiei specialistului de cultură fizică prin teambuilding și training: Compendiu universitar. Chișinău: Valinex, 2010, 168 p.
15. Singer P. Tratat de etică, Editura Polirom, Iași, 2006.
16. Voicu A., Visoiu D. Codul Eticii Sportive. Statutul Comisiei de Etică. Regulamentul Comisiei de Etică. Regulile de procedură ale Comisiei de Etică., București: COSR, 2005. Resurse virtuale
17. Raportul european din mai 2009 asupra Calității Educației Școlare: Șaisprezece Indicatori de Calitate (mai 2000), Raport bazat pe datele Comitetului de Lucru pentru Indicatori de Calitate <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=URISERV:c11063 &from=FR>.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI</i>					
Denumirea cursului		Sociologia emoțiilor					
Titularul cursului		Leșco Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.018	Anul	II	Semestrul	III
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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Sociologia emoțiilor, din perspectiva educației pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală a devenit aria de continuu interes și obiect de studiu al pedagogiei culturii emoționale, domeniu cercetat de pedagogi, psihologi, sociologi, alți oameni de știință și de cultură. În această perspectivă cu care recepționează, anticipează și se conformează noilor evoluții din sfera cunoașterii științifice a sociologiei emoțiilor, abordarea capitalului uman din perspectivă socială reclamă o tratare mult mai nuanțată în sensul relevării valorilor sociale specifice contemporaneității”. Autorul subliniază, că în Raportul Comisiei Internaționale asupra educației pentru secolul XXI la UNESCO, Jacques Delors menționa, că educația este un atu indispensabil, o cale în serviciul dezvoltării umane, un voiaj interior jalonat de cunoașterea prin meditație și exerciții practice care asigură dezvoltarea competențelor sociale.</p> <p>Nu în ultimul rând, motivul (sau un alt motiv) pentru care sociologia emoțiilor este o ramură de o importanță centrală a științelor umane este capacitatea acesteia de a indica ce „există” și ce nu în universul nostru mental, atât la nivel individual, cât și colectiv. Elementele vieții sociale și materiale prezente la nivel discursiv și emoțional se relevă, așadar, ca fiind mai importante decât altele, într-o ordine subiectiv-fenomenologică nebănuită. Ierarhia și dinamica emoțională a elementelor ce ar putea părea separate și oarecum haotice dintr-o perspectivă a sociologiei clasice poate servi la a pune lucrurile într-o ordine brusc inteligibilă.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>Competențe profesionale:</p> <p>1.Integrarea unui context teoretic coerent și flexibil specific abordării activităților instructiv educative din perspectiva comunicării didactice.</p> <p>2.Prelucarea și utilizarea cunoștințelor din domeniul comunicării didactice în realizarea activităților instructiv-educative.</p> <p>Competențe transversale:</p>						

cursului/modulului	<p>1. Aplicarea valorilor, principiilor și a normelor de deontologie profesională solicitate de exigențele etice ale comunicării didactice.</p> <p>2. Identificarea unor abordări ale comunicării didactice adecvate rolurilor asumate la nivelul echipelor de lucru.</p> <p>3. Utilizarea unor practici educative eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale continue și adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului profesional și social.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>➤ Cunoașterea principalelor aspecte legate de sociologia emoțiilor și însușirea elementelor teoretico-metodologice aplicabile în comunicarea profesor-student.</p> <p>➤ Dezvoltarea capacității de a analiza și de a opera cu concepte specifice sociologiei emoțiilor;</p> <p>➤ Dezvoltarea capacității de a găsi soluții optime în procesul de implementare a reformelor școlare;</p> <p>➤ Aplicarea unor strategii emoționale specifice gestionării moderne a situațiilor de învățare;</p> <p>➤ Însușirea competențelor necesare unui educator eficient;</p> <p>➤ Conștientizarea implicării elementelor teoretice și aplicative ale sociologiei emoțiilor în evoluția elevilor.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în sociologie.	10	1	1	8
	2	Conceptualizarea sociologică a emoțiilor.	10	2	-	8
	3	Învățarea socială a emoțiilor. Socializarea emoțiilor în copilărie.	20	2	1	17
	4	Mediul familial și dezvoltarea competențelor emoționale. Controlul emoțiilor în școală	20	2	2	16
	5	Emoțiile în viața socială. Munca emoțională.	20	2	2	16
	6	Specificul muncii emoționale în educație.	20	1	2	17
	7	Cultură și muncă emoțională.	10	2	2	6
	8	Capital social, informație și implicare emoțională. Capital social și rețele sociale.	10	2	4	4
	9	Încrederea și implicarea emoțională. Emoții, habitus și violență simbolică	10	2	2	6
	10	Abordări sociologice ale emoțiilor în mediul școlar: dragostea, gelozia, invidia, rușinea, vinovăția și jena.	10	2	2	6
11	Abordări sociologice ale emoțiilor în mediul școlar: compasiunea, recunoștința, smerenia, elevarea morală, admiratia, mândria.	10	2	2	6	
Total		150	20	20	110	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-masterand să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe psihologice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor abordări sociologice ale emoțiilor din 					

	<p>cadrul educațional;</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind probleme ale sociologiei emoțiilor; • elaborarea și publicarea unor articole științifice care țin de probleme a sociologiei emoțiilor; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul sociologiei emoțiilor; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate. 	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boncu, Ș. & Nastas, D. (coord.). (2015). Emoțiile complexe. Iași: Polirom. 2. Bulgaru M., Onicov V., Isac O. Sociologie. Vol I. Chișinău: USM, 2003. 331 p. 3. Buzlan C. Sociologia educației. București, 2013. 59 p. 4. Chelcea S. Sociologia emoțiilor: domeniu de cercetare, teorii, aplicații. Disponibil: https://septimiuchelcea.wordpress.com/about/ 5. Chelcea, S., & Boțone, D. (2008). Emoțiile în viața socială: munca emoțională, în Chelcea, S. (coord.) Rușinea și vinovăția în spațiul public. București: Humanitas. 6. Chelcea, S., & Jderu, G. (2008). Conceptualizarea sociologică a emoțiilor, în Chelcea, S. (coord.) Rușinea și vinovăția în spațiul public. București: Humanitas. 7. Cojocaru-Borozan M., Șova T., Turcan L. Psihologia emoțiilor. Chișinău: UPS „I. Creangă”, 2017. 228 p. 8. Introducere în sociologia emoțiilor. Disponibil: http://m.emag.ro/introducere-in-sociologia-emoțiilor-gabriel-ideru-9789734621873/pd/E3PC60BBM/ . 9. Iluț, P. (2008). Capital social, informație și implicare emoțională, în Chelcea, S. (coord.) Rușinea și vinovăția în spațiul public. București: Humanitas. 10. Jderu G. Introducere în sociologia emoțiilor. Iași: Polirom, 2012. 257 p. 11. Stănculescu, E. (1996). Teorii sociologice ale educației. Iași: Polirom. 12. Stănculescu E. (2008). Socializarea emoțiilor în copilărie. în Chelcea. S. 	

- | | |
|--|---|
| | <p>(coord.) Rușinea și vinovăția în spaliul public. București: Humanitas. (p. 161-196)</p> <p>13. Stets, J. E., & Turner J. H. (2008). Handbook of the Sociology of Emotions. New York: Springer.</p> <p>14. Ștefan I. Introducere în sociologia educației fizice și sportului. Brașov: Universitatea „Transilvania”, 2005. 134 p.</p> <p>15. Turner Jonathan H., Jan E. Stets. The Sociology of emotions. Cambridge University Press, 2005. 349 p.</p> |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Stresul profesional al cadrelor didactice din domeniul sportului					
Titularul cursului		Leșco Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.019	Anul	II	Semestrul	III
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.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Stresul profesional al cadrelor didactice din domeniul sportului oferă o abordare teoretică și practică privind perspectiva stresului ca fenomen psihosocial complex ce afectează oamenii în societatea contemporană. Evoluția societății contemporane, schimbările în plan politic, economic, ecologic, educațional au condus la o suprasolicitare și la o inadaptare a individului la confruntările cu cerințe și situații care pot fi percepute ca dificile, dureroase sau de mare importanță pentru individ.</p> <p>Unitatea de curs cuprinde activități teoretice și practice menite să ofere cursanților posibilitatea de a-și contura un demers praxiologic din punct de vedere al gestionării situațiilor stresante din viața de zi cu zi. Ne propunem prin această disciplină să dezvoltăm la cursanți abilități și comportamente de management al stresului, identificarea factorilor de stres care pot afecta individul, perspectiva subiectivă și modalitățile reactive subiective ale persoanei în fața stresului, conștientizarea resurselor psihoindividuale de adaptare la stres. Nu în ultimul rând, ne vom centra demersul pe abordarea stresului în mediul școlar și identificarea instrumentelor necesare care ne pot apăra de stres.</p> <p>Având în vedere schimbările în politicile educaționale și necesitatea flexibilizării și adaptării unui demers educațional care să reflecte aceste schimbări în practica educațională, ne propunem să dezvoltăm cadrelor didactice abilități și comportamente de a gestiona eficient stresul în contexte profesionale, generat de situația de criză educațională.</p>						
Competențe	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• stăpânirea limbajului de specialitate și capacitatea de a comunica audienței de specialiști și nespecialiști rezultatele proiectelor, motivația deciziilor, concluziile evaluărilor, direcțiile acțiunilor viitoare;• cunoașterea și utilizarea metodologiei cercetării științifice în investigarea și						

dezvoltate în cadrul cursului/modulului	soluționarea problemelor școlii și în elaborarea proiectelor de acțiune/dezvoltare. Competențe transversale: <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea a mobiliza, a combina și utiliza în mod autonom cunoștințele și competențele generale și cele profesionale în acord cu diversele cerințe specifice unui anumit context, situații sau problem. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Să distingă principalele modalități de clasificare a stresului. ➢ Să descrie mecanismul de formare a stresului. ➢ Să cunoască principalele tipuri de efecte ale stresului asupra persoanei. ➢ Să definească mecanismele de adaptare la stres. ➢ Să cunoască și să elaboreze strategii de gestionare a stresului. ➢ Să cunoască efectele stresului în organizații. ➢ Să enumere modalități practice de realizare a eșantionării. ➢ Să enumere și să caracterizeze sistemul principalelor metode de colectare a datelor cercetării. ➢ Să explice principalele metode componente ale sistemului metodelor de măsurare a datelor cercetării. ➢ Să evidențieze caracteristicile unui proiect de cercetare la disciplina studiată. ➢ Să evidențieze principalele obstacole în implementarea unui proiect de cercetare în domeniul științelor educației. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de stres; prezentare istorică, definiție	20	2	2	16
	2	Factorii de stres profesional și influența acestora. Clasificarea factorilor generatori de stres profesional. Factori de stres la nivel organizațional-managerial. Factori de stres la nivel operațional.	20	4	4	12
	3	Efectele stresului asupra persoanei. Efecte la nivel biologic - somatic; efecte la nivelul comportamentului (profesional); efecte la nivel cognitiv și afectiv	20	2	2	16
	4	Mecanisme de adaptare la stres. Mecanisme de apărare și de coping: analiza comparativă. Adaptarea eficientă la stres vs. dificultăți de adaptare; analiza consecințelor asupra persoanei	20	2	2	16
	5	Perspective teoretice privind adaptarea la stres. Atribuire, locus of control, distorsiuni cognitive și efectele acestora. Stil de coping.	20	2	2	16
	6	Strategii de management a stresului. Strategii de prevenție. Strategii de intervenție la nivel cognitiv, tehnici de relaxare, schimbarea stilului de coping, antrenamentul asertiv, managementul timpului, etc	20	2	2	16
	7	Managementul stresului în organizații. Prevenirea stresului în organizații.	20	4	4	12
	8	Reducerea stresului profesional: intervenție și schimbare organizațională	10	2	2	6
Total	150	20	20	110		

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Este important ca profesorul, în procesul de selectare a strategiilor didactice, să țină cont de teoria inteligențelor multiple și în această ordine de idei să folosească atât metode reflexive, cit și dinamice, în special <i>studii de caz, simulări de situații reale, jocul de rol</i> etc. Numai în felul acesta, profesorul va reuși să realizeze un demers didactic calitativ în corespundere cu profilul și particularitățile individuale ale studenților.</p> <p>Se recomandă centrarea demersului didactic pe acțiunile pe care studentul va trebui să le realizeze pentru a dobândi competențele prevăzute de curriculum și pentru a demonstra, în cadrul evaluărilor, stăpânirea lor. În acest context, utilizarea strategiilor didactice active este prioritară în raport cu strategiile didactice tradiționale.</p> <p>În conformitate cu rigorile actuale, demersul didactic nu poate fi eficient, dacă nu oferă posibilități de integrare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor acumulate de studenți la diverse discipline și dezvoltarea lor prin complementare cu anumite achiziții la lecțiile de consiliere educațională și a carierei. Pentru realizarea acestui deziderat este necesară atât o sincronizare a conținuturilor acestei discipline cu conținuturile altor discipline, acolo unde este posibil, cât și o conlucrare mai eficientă între profesorii acestor obiecte de studiu, care vor combina efortul pedagogic și vor utiliza achizițiile de la o disciplină la alta. Interdisciplinaritatea înseamnă nu doar preluarea de cunoștințe asimilate la alte discipline și utilizate în demersul didactic la disciplina respectivă, dar și promovarea valorilor general-umane, a modelelor comportamentale adecvate unei personalități în devenire.</p>	
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul unității de curs <i>Stresul profesional al cadrelor didactice din domeniul sportului</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Managementul educației incluzive</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Radu, I. (1993). <i>Introducere în psihologia contemporană</i>, Ed. Gloria, Cluj-Napoca. 2. Derevenco P., Anghel I. & Baban A., (1992). <i>Stresul în sănătate și boală – de la teorie la practică</i>, Ed. Dacia, Cluj-Napoca. 	

3. Iamandescu B.I., (1993). Stresul psihic și bolile interne, Ed. All, Bucuresti.
4. Miclea, M. (1997). Stres și apărare psihică, Ed. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca.
5. Băban, A. (1998). Stres și personalitate, Ed. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca.
6. Bell, A. (2007). Gestionarea conflictelor în organizații. Iași: Ed. Polirom.
7. Bogathy, Z. (2007). Manual de tehnici și metode în psihologia muncii și organizațională. Iași: Ed. Polirom.
8. Goldberger, L. & Breznitz (1992). Handbook of Stress, NY: The Free Press.
9. Holdevici, I. & Neacșu, V. (2008). Sisteme de psihoterapie și consiliere psihologică, Ed. Kullusys, București.
10. Papari A. & Sîntion F. (2000). Psihologie Manageriala, Ed. Fundației Andrei Șaguna, Constanta.
11. Stress at Work, U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and
12. Prevention, National Institute for Occupational Safety and Health, DHHS (NIOSH) Publication No. 99–101.
13. Ursu, M. A. (2007). Stresul organizational - modalitati de identificare, studiere, prevenire si combatere, Ed. Lumen, Iași.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		PSIHOPEDAGOGIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
Denumirea cursului		Managementul educației incluzive					
Titularul cursului		Gonचारuc Svetlana/Razmeret Victoria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.020	Anul	II	Semestrul	III
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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Managementul educației incluzive” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Managementul educației incluzive” este un document reglator înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare învățare evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Unitatea de curs Managementul educației incluzive este orientată spre studierea problemelor general-teoretice și metodologice specifice activității manageriale din domeniul educației incluzive. Scopul primordial al disciplinei este de a evidenția aspectele managementului educației incluzive și a celor implicați în acest proces.</p> <p>Conținutul cursului se referă la o serie de activități care țin de managementul tradițional într-o instituție de învățământ: planificarea, organizarea, luarea de decizii, verificarea; administrarea și conducerea resurselor umane (motivarea, îndrumarea, soluționarea conflictelor, perfecționarea și instruirea personalului din sub ordine); stabilirea și întreținerea relațiilor cu persoane din interiorul și din exteriorul organizației.</p>						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască, să înțeleagă principalele documente de politici și acte legislative în domeniul educației incluzive; ➤ să cunoască cadrul legislativ al EI în plan național; ➤ să studieze experiența internațională de dezvoltare a educației incluzive în învățământul general; ➤ să identifice particularitățile de dezvoltare a copilului cu cerințe educative speciale; ➤ să determine căile psihologice de comunicare cu elevii școlii de cultură generală pentru incluziunea copiilor cu cerințe educative speciale. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze și să realizeze planuri educaționale individualizate, adaptări curriculare pentru copiii cu cerințe educative speciale; ➤ să adapteze procesul educațional la necesitățile copiilor cu cerințe educative speciale; ➤ să aplice cunoștințele despre particularitățile specifice de dezvoltare a copiilor cu CES. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să realizeze cercetări științifice în cadrul problematicii managementului educației incluzive; ➤ să dețină capacități de valorizare a copiilor cu cerințe educative speciale; ➤ să descrie componentele planului educațional individualizat; ➤ să prevină și combată excluderea și marginalizarea în educație; ➤ să argumenteze importanța parteneriatului educațional în promovarea

	educației incluzive; ➤ să centreze procesul educativ pe interesele copilului, dezvoltarea respectului de sine, toleranță.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Psihologia educației fizice și sportului în contextul științelor educației	10	1	1	8
	2	Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului. Tendințele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului	10	2	-	8
	3	Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic. Psihologia performanței sportive. Conceptul de performanță. Factorii performanței sportive	20	2	1	17
	4	Reacțiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres	20	2	2	16
	5	Definiția concursului. Psihosociologia competiției. Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs	20	1	2	17
	6	Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conținut. Proiectarea pregătirii psihice	10	2	4	4
	7	Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport	10	2	2	6
	8	Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului	10	2	2	6
	9	Selecția psihologică în sport.	10	2	2	6
	10	Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica și coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.	20	2	2	16
11	Strategii de asistență și consiliere psihologică în educația fizică și sport	10	2	2	6	
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Este important ca profesorul, în procesul de selectare a strategiilor didactice, să țină cont de teoria inteligențelor multiple și în această ordine de idei să folosească atât metode reflexive, cit și dinamice, în special <i>studii de caz</i>, <i>simulări de situații reale</i>, <i>jocul de rol</i> etc. Numai în felul acesta, profesorul va reuși să realizeze un demers didactic calitativ în corespundere cu profilul și particularitățile individuale ale studenților.</p> <p>Se recomandă centrarea demersului didactic pe acțiunile pe care studentul va trebui să le realizeze pentru a dobândi competențele prevăzute de curriculum și pentru</p>					

	<p>a demonstra, în cadrul evaluărilor, stăpânirea lor. În acest context, utilizarea strategiilor didactice active este prioritară în raport cu strategiile didactice tradiționale.</p> <p>În conformitate cu rigorile actuale, demersul didactic nu poate fi eficient, dacă nu oferă posibilități de integrare a cunoștințelor, abilităților și atitudinilor acumulate de studenți la diverse discipline și dezvoltarea lor prin complementare cu anumite achiziții la lecțiile de consiliere educațională și a carierei. Pentru realizarea acestui deziderat este necesară atât o sincronizare a conținuturilor acestei discipline cu conținuturile altor discipline, acolo unde este posibil, cât și o conlucrare mai eficientă între profesorii acestor obiecte de studiu, care vor combina efortul pedagogic și vor utiliza achizițiile de la o disciplină la alta. Interdisciplinaritatea înseamnă nu doar preluarea de cunoștințe asimilate la alte discipline și utilizate în demersul didactic la disciplina respectivă, dar și promovarea valorilor general-umane, a modelelor comportamentale adecvate unei personalități în devenire.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul unității de curs <i>Managementul educației incluzive</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Managementul educației incluzive</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu A. și colab., Psihomotricitatea, Iași, 2014. 2. Arsene C. Psihoneurologia, București, 2016. 3. Arseni C., Danaila L., Golu M., Psihoneurologie, București, 2013. 4. Bucun N. Bazele managementului educațional. Modul 1. program de formare continuă în domeniul managementului educațional. Chișinău. 2004. 5. Bucun N. Concepția educației incluzive. În: Univers Pedagogic, ne. 2, 2009. 6. Cosmovici A., Psihologie generală, Polirom, Iași, 2012. 7. Danii A., Popovici D, Racu A. Intervenția psihopedagogică în școala incluzivă. Chișinău: Tipografia Centrală, 2007. 8. Educația Incluzivă. Unitatea de curs. Chișinău, 2017. 9. Efdodi A., Planul educațional individualizat. Chișinău: Cetatea de sus, 2012, 10. Gânu D. Copilul cu cerințe educative speciale, Chișinău, Pontos, 2002, 11. Gânu D. Copilul cu dizabilități neuromotorii, Chișinău, Valinex, 2010 12. Gerguț A. Psihopedagogia persoanelor cu cerințe educative speciale. Strategii diferențiate și incluziune în educație. Iași: Polirom, 2006. 13. Goncearuc S. – „Incluziunea școlară a copiilor la lecțiile de educație fizică” - Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția a II-a din 26-27 octombrie 2017, Chișinău, USEFS. 14. Goncearuc S. Andronachi N. Realități și principii actuale în abordarea dizabilități și a incluziunii la nivel internațional. In: Ghidul științifico-metodologic 	

Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior.

15. Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015.

16. Goncearuc S., Stempovschi T. Impactul educației fizice și sportului asupra formării comportamentului pro-social la elevi. În: Materialele Conferinței științifice internaționale: Familia – factor existențial de promovare a valorilor etern-umane (ed. II) 15-16 mai 2017., Chișinău, UPS "Ion Creangă".

17. Goncearuc S., Racu A., Vârlan M. Proiectarea cercetării științifice din perspectiva integrării și incluziunii educaționale și sociale. În: Ghidul științifico-metodologic *Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior*. 2014.

18. Goncearuc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului pro-social asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS
Ciclul II (MASTERAT), 120 credite**

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 15 ianuarie 2019,
număr de înregistrare ISM-01-18666**



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.001	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe Semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și 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@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	30	-	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării în fitness” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea formării profesionale specialiștilor din domeniul fitnessului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum ce stă la baza elaborării fișei este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile;</p> <p>c) promovarea cercetărilor științifice și implementarea rezultatelor ei;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare în domeniul fitnessului la masteranzi menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p>						

	Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului în domeniul de formare profesională – Tehnologii și management în fitness; * Identificarea particularităților de dezvoltare a epistemologiei/ teoriei cunoașterii științifice în domeniul culturii fizice pe plan național și internațional; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul tehnologiilor și managementului în fitness. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale specifice domeniului tehnologiilor și managementului în fitness ; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea în domeniul fitnessului. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască teoriile științifice moderne în domeniul culturii fizice, tehnologiilor și managementului în fitness, precum și tendințele de dezvoltare ale acestora; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul fitnessului; * să cunoască aspectele politicii investiționale în domeniu serviciilor de fitness pentru diferite categorii de populație. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul fitnessului și culturii fizice de recreare; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; * să aplicare în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea cadrelor didactice; * 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 și oferta de cercetare în domeniul turismului și activităților de agrement; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „ Tehnologii și management în fitness”. 					
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
	1	Epistemologia și metodologia cercetării – repere conceptuale	12	2	2	8
	2	Domaniul cunoașterii științifice	12	2	2	8
	3	Stadii ale interogării și cunoașterii	12	2	2	8
	4	Gândirea în activitatea de cercetare științifică	12	2	2	8
	5	Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	2	8

Tematica și repartizarea orelor la curs	6	Metodologia cercetării științifice în domeniul culturii fizice	24	4	4	16
	7	Tendințe contemporane în epistemologia pedagogică și implicațiile acestora în lumea sportului	12	2	2	8
	8	Metodologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	24	4	4	16
	9	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul fitnessului	12	2	2	8
	10	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul fitnessului	18	4	2	12
	11	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	18	2	4	12
	12	Deontologia și etica cercetării științifice	12	2	2	8
	Total			180	30	30
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitnessului</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. 2. Gagea A. <i>Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport</i>/-București: Discobolul, 2010.- 665 p. 3. Budevici A., Dorgan V. <i>Repere epistemologice moderne</i>/-Ch. : Valinex SA, 2009. 234 P. 4. Epuran M. <i>Metodologia cercetării activităților corporale</i> / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p. 5. Rateau Patrick : <i>Metodele și statisticile, experimentele în științele umane</i>, 1998, București, 268 p. 6. Rotariu, T., Iuț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997 7. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981 8. Niculescu M., Vasile N. <i>Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară</i>. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p. 9. Carp I. <i>Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică</i>/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p. 10. Moscovici C. Buschini F. : “<i>Metodologia Științelor socio - umane</i>”, Bucure 2006 11. Ҙарос V., Сапеева V. <i>Сертетареа știинțифică</i>/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p. 12. Hasband, R.W. <i>The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway</i> // <i>Journal of General Psychological</i>, 1934, Nr.11. 13. Богданов, Е. И., Богомолова, Е. С., Орловская, В. П., Богданова, Е. И. <i>Экономика отрасли туризма: учебник</i>. Москва: ИНФРА-М, 2019. 318 с. 14. Волков. Б. С. <i>Методология и методы психологического исследования</i> / Б. С.Волков, П. В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005. 15. Железняк Ю.Д. <i>Основы научно-методической деятельности физической культуры и спорте</i>. Мл - Academia, 2002. 16. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. <i>Аэробика: В 2 тт., Т. I. Теория и методика</i>. М.: Федерация аэробики России, 2002. 232 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Kinesiologia fitness-ului					
Titularul cursului		Dorgan Viorel					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.002	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Probe Sportive Individuale	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_psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	30	-	120	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Kinesiologia fitness-ului</i> ține să familiarizeze studenții cu bazele kinesiologice ale sportului în general, și a fitness-ului, în special, în vederea utilizării eficiente a exercițiilor fizice în calitate de mijloc al fitness-ului, precum și ca mijloc de sporire a condiției fizice și a îmbunătățirii stării de sănătate.</p> <p><i>Kinesiologia fitness-ului</i> este o știință relativ nouă care studiază aplicarea legităților mecanice la specificul sistemelor vii. Mișcările corpurilor vii, indiferent care ar fi ele (om, animale), sunt supuse fără excepție legilor mecanice. Spre deosebire, însă, de corpurile neînsuflețite, mișcările vietăților sunt mult mai complexe, întrucât sunt supuse concomitent și legilor biologice (adaptarea mișcărilor în anumite condiții, perfecționarea mișcărilor, caracter rațional, oboseala). Astfel, abordarea doar mecanică a mișcărilor corpurilor vii este incompletă și poate duce la concluzii eronate dacă nu se ține cont de particularitățile biologice ale vietăților.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Nivel I: Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare</p> <ul style="list-style-type: none">- să însușească noțiunile de bază privind kinesiologia (definiție, terminologie, istoric);- să utilizeze adecvat noțiunile specifice disciplinei kinesiologie fitness-ului;- să cunoască structura, organizarea și funcționarea sistemului articular singular. <p>Nivel II. Instrumental-aplicative</p> <ul style="list-style-type: none">- proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei kinesiologia fitness-ului;- să utilizeze tehnici și instrumente de investigare kinesiologică a activității de fitness;- să aplice tehnici de control motor și evaluare kinesiologică. <p>Nivel III. Atitudinale</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> - să manifeste interes față de cercetarea în domeniul kinesiologiei; - să valorifice rezultatele cercetării într-un mod creator; - să participe la proiecte care au ca teme evaluarea kinesiologică a aparatului morfofuncțional. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La finalizarea cu succes a disciplinei formabilul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să interpreteze concepțiile privind kinesiologia ca știință despre structura corpului uman și mișcările acestuia; ➤ Să descrie organizarea și funcționalitatea "sistemului articular singular" în cadrul activităților de fitness; ➤ Să determine caracteristicile biomecanice ale mișcărilor în fitness; ➤ Să identifice din punct de vedere kinesiologic sistemul efector motor; ➤ Să descrie sistemele de control și evaluare kinesiologică; ➤ Să estimeze potențialul de adaptare acută și cronică a sistemului motor al omului în cadrul probei de fitness; ➤ Să argumenteze din punct de vedere kinesiologic exercițiul aerobic și antrenamentul la efort. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în kinesiologie	24	4	4	16
	2	Structura, organizarea și funcționarea sistemului articular	26	4	4	18
	3	Elemente de biomecanică, kinematică și kinetic ale antrenamentelor de fitness	32	6	6	20
	4	Controlul motor și evaluarea morfofuncțională în cadrul antrenamentelor de fitness	24	4	4	16
	5	Terapia ocupațională	24	4	4	16
	6	Exercițiul aerobic și antrenamentul la efort	24	4	4	16
7	Adaptări acute și cronice ale sistemului locomotor în cadrul antrenamentelor de fitness	26	4	4	18	
Total			180	30	30	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bazele kinesiologiei generale. 2. Kinesiologia particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele kinesiologice ale antrenamentelor de fitness. <p>Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală. Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la kinesiologie, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicilor de antrenament în fitness. Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și seminarii.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului universitar prin prisma raportului dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de învățare. Ea se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități, și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini.</p> <p>Evaluarea va conține următoarele condiții, criterii și forme. Studentul va fi obligat să aibă o prezență de 70 % la curs și 80% - la seminarii. De asemenea, se va ține cont de participarea activă la dezbaterile pe marginea tematicii de curs și la seminarii, realizarea unui proiect sau a unui referat la alegere. Nota finală va constitui 60% - evaluare curentă și 40 %- evaluare finală.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc, Olga Jurat Valeriu; Aerobica. Teorie și metodică: [Manual] / Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. – Chișinău: Valinex SRL, 2016. – 298 p. 2. Aftimiciuc, O. Teoria și metodologia fitness-ului : (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare) : Manual / O. Aftimiciuc, V Aftimiciuc ; referenți: S. Danail, V. Jurat ; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. – Chișinău : Valinex SRL, 2017. – 246 p. 3. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecaică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007 4. Ifrim M. Biomecanica generală. București, 1980. 5. Lefter V. Examenul clinic inițial în kinetologie. Brăila: Edit. Olimpiada, 2008. 6. Sbenghe T. Kinesiologie. București, 2008. 7. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculo-skeletal injuries. London, 2004 8. Дорган В., Граневский В. Научно-методические особенности коррекции дисгармоничного телосложения старшеклассников средствами бодибилдинга. Кишинев, 2010. 9. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975. 10. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979. 11. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008. 12. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981. 13. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979. 14. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011. 15. Лапутин А. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986. 16. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997. 17. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005. 18. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. 	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale (E-learning)					
Titularul cursului		Timuș Maria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.003	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							
Catedra	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	30	-	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale (E-learning)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul fitnessu-lui.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera fitnessu-lui.3. Aplicarea diferitor platforme în domeniul fitnessu-lui în cadrul activităților practice.4. Elaborarea rapoartelor în format electronic privind activitățile de fitness desfășurate cu utilizarea șabloanelor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic</p>						

	și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessu-lui.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a tehnologiilor informaționale în domeniul fitnessu-lui; • Evidențierea și aplicarea celor mai eficiente platforme de lucru cu utilizarea tehnologiilor informaționale; • Analiza cantitativă și calitativă a instrumentelor tehnologiilor informaționale utilizate în cadrul activităților desfășurate; • Utilizarea metodelor speciale cu utilizarea tehnologiilor informaționale pentru relevanța raportului dintre cerere și ofertă pe piața fitnessu-lui; • Asigurarea unui climat eficient pentru implementarea și practicarea cu succes a diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale în domeniul fitnessu-lui. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii turismului; • Dirijarea și gestionarea obiectivă a activităților cu implicarea diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale-e-learning în sfera de extindere a fitnessu-lui; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica fitnessu-lui prin utilizarea diferitor platforme de învățare-evaluare a activităților. 					
	Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale. E-learning” (campus virtual, profilul useru-lui, tehnologii multimedia etc.); ➤ să definească noțiunea de învățământ la distanță; ➤ să cunoască sistemul de comunicare din cadrul tehnologiilor informaționale aplicate; ➤ să identifice specificul activității de fitness cu aplicarea tehnologiilor informaționale; ➤ să cunoască care este specificul bibliotecilor virtuale; ➤ să cunoască particularitățile tehnologiilor streaming; ➤ să cunoască aspectele avantaje și dezavantajele e-learningului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe antrenorul de fitness să utilizeze în practica sa diferite platforme de e-learning; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra implementării tehnologiilor informaționale în domeniul fitnessu-lui; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele modalitățile de instruire e-learning; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității de fitness cu utilizarea e-learning; ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta în sfera fitnessului aplicând diferite produse e-learning; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului. 				
		N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Curs	Seminar	LI
1		Etapele de dezvoltare a tehnologiilor	9	2	2	5

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		informaționale				
	2	Evoluția învățământului la distanță	9	2	2	5
	3	Instrumentele de bază ale învățământului la distanță	9	2	2	5
	4	Versiunile de e-learning	9	2	2	5
	5	Avantajele și dezavantajele e-learning	14	2	2	10
	6	Nivelul de implementare a campusului virtual	9	2	2	5
	7	Accesarea și administrarea platformei. Profilul user-ului, datele personale.	14	2	2	10
	8	Participanții procesului de e-learning. Caracteristicile tutoriatului.	14	2	2	10
	9	Tipuri de conferințe. Tehnologiile multimedia.	14	2	2	10
	10	Tehnologiile streaming.	14	2	2	10
	11	Bibliotecile virtuale	14	2	2	10
	12	Sistemul de comunicare. Tipurile de forumuri.	14	2	2	10
	13	Jocuri educaționale. Experimentele virtuale.	14	2	2	10
	14	Opțiunile PDF, transformarea informației.	9	2	2	5
	15	Programa Adobe Reader.	14	2	2	10
		Total	180	30	30	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 fitness naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin</p>					

	două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, 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	<p>1. Информационные и коммуникационные технологии в подготовке преподавателей. Руководство по планированию. ЮНЕСКО, 2005 Division of higher education.</p> <p>2. Manual de instruire a profesorilor pentru utilizarea platformelor de e-Learning. Litera Internațional, 2007</p> <p>3. Programul SEI. De la reformă la dezvoltare. 2001 – 2007. Ministerul Educației și Cercetării.</p> <p>4. Gherguț, Alois: <i>Sinteze de psihopedagogie specială</i>, Polirom, Iași, 2005</p> <p>5. Latas, Parrilla. A.: <i>El professor antes la integracion escolar</i>, Editorial Cincel, Argentina, 2003</p> <p>6. Adascalitei: "Instruire asistata de calculator". Polirom, 2007.</p> <p>7. M. Brut: "Instrumente pentru e-learning". Polirom, 2006.</p> <p>8. E. Popescu: "Social learning environments". Sitech Press, Craiova, 2013</p> <p>9. S. Mishra, R. Sharma: "Interactive Multimedia in Education and Training". Idea Group, 2005.</p> <p>10. Liliana Ursache, George Vaju, Catalin Donici, Cosmin Herman-Moodle Administare, Utilizare, Evaluare Arad 2011</p> <p>11. Adăscăliței Adrian, Andruseac Gladiola, "Elemente de proiectare și standardizare a resurselor pentru eLearning", Sesiunea de Comunicări Științifice "eLearning și Software educațional" eLSE 2006, vol 1, pag. 39</p> <p>12. Eni V., Budevici A., Timuș M. Campusul virtual în cadrul managementului învățământului la distanță. „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice” ediția a XI-a, 2007, p.125-129</p> <p>13. Istrate, Olimpius. Educația la distanță. Proiectarea materialelor. Botoșani: Agata, 2000, p.25.</p> <p>14. Mihai Drăgănescu, De la societatea informațională la societatea cunoașterii, Editura Tehnică, București, 2003, ISBN 973-31-2199-1, www.racai.ro</p> <p>15. Tudorel Fătu, Alexandru Țugui, Ce urmează după societatea global informațională ?, Studii, Institutul de Cercetări pentru Inteligența Artificială, Academia Romană, www.racai.ro</p> <p>16. M. Vlada, "Supremația limbajelor in domeniul procesării informațiilor și cunoștințelor", Sesiunea de comunicări științifice cu participare internațională, "Provocări la adresa securității și strategiei la inceputul secolului XXI", Secțiunea E-Learning și Software Educațional UNAP, 14 -15 aprilie 2005, Editura Universității Naționale de Apărare, București, pp. 165-178, 2005. ,</p> <p>17. Tehnologii multimedia, Editura Universității din București, ISBN 973-575-847-4, 2004</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Teoria învățării acțiunilor motrice					
Titularul cursului		Danail Serghei					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.004	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
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	
		180	30	30	-	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de antrenori/instrucitori de fitness, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de fitness în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogiceale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <ul style="list-style-type: none">- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare.- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor						

	<p>motrice.</p> <p>- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale de fitness.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul fitness-ului includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de fitness și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice/Fitnessului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p>Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor medico-biologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului Fitnessul-ui în plan culturologic, istoric, economic, juridic, managerial etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare. 8. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității prin activitățile de fitness. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității Fitness – Pregătire fizică, Antrenament fizic, Învățare acțiunilor motrice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățării acțiunilor motrice strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ al fitness-ului. <p>Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice recreativ-sportive în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale ale fitness-ului. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității din cadrul pregătirii fizice prin activitățile de fitness. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizicerecreativ-sprtive Fitness. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică/fitness – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază. 8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice. 9. Posedarea principiilor și metodelor de învățare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative în cadrul antrenamentului de fitness.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria învățării acțiunilor motrice*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice a antrenorului.

1. *Componenta/competența gnostică* – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

2. *Componenta/competența de proiectare* - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. *Componenta/competența constructivă* - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive.

4. *Componenta/competența organizatorică* -competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

5. *Componenta/competența comunicativă* - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

6. *Componenta/competența motrică* - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelat competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. *Competența conceptuală* (cunoașterea bazei conținutului).
2. *Competența instrumentală* (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).
3. *Competența integrativă* (abilitatea de a implementa cunoștințele).
4. *Competența contextuală* (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale).
5. *Competența adaptivă* (abilități de anticipare, de prognozare și de programare).

Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.

Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele *finalități*

La nivel de cunoaștere:

- Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare.
- Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul Culturii fizice recreativ-sportive/fitness-ului.

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională "Fitness". 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Disciplina "Teoria învățării acțiunilor motrice" ca obiect de abordare științifică și de studiu.	22	4	4	16
	2	Bazele metodologice ale teoriei învățării-instruirii-educării acțiunii motrice	20	4	4	16
	3	Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - "pricepere", "deprindere", "stereotipul dinamic", "automatism".	17	4	4	16
	4	Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	21	4	4	16
	5	Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare.	20	4	4	16
	6	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza instruirii pentru însușirea sarcinii motrice.	19	4	4	16
	7	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei activităților motrice.	19	4	4	16
	8	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al activității motrice.	12	2	2	8
Total		180	30	30	120	
<p>Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special – fitness-ului. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul calității integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de</p>					

	<p>competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzi</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cât mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategiile de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei "Teoria învățării acțiunilor motrice" îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina "Teoria învățării acțiunilor motrice" vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - evaluarea competențelor operaționale - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>

	<p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Notafinală	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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O. Fitness-ul de forță: Manual. – Chișinău, 2019. – 464 p. 2. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 3. Baciuc C. Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor. – București: Sport-Turism, 1977. 4. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982. 5. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999. 6. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 20027. 7. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 8. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 9. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961. 10. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - București: Științifică, 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., Зацюрский В. Биомеханика. – М., 1979. 21. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности – 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 Л. П. 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Acmeologia fitness-ului					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.005	Anul	I	Semes trul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	30	-	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplină <i>Acmeologia fitness-ului</i> se bazează pe cunoștințele de intrare, abilitățile și competențele masteranzilor, obținute de ei în procesul de mastering o serie de discipline generale educaționale și profesionale generale: <i>Pedagogia, Psihofiziologia, Psihologia generală, Psihologia vârstei și psihologia dezvoltării, Psihologia pedagogică, Psihodiagnostica</i>. Conținutul ei prevede problemele formării activității profesionale a fitness-antrenorului.</p> <p>Curriculum este axat pe <i>obiective</i>, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea cunoștințelor cu privire la legitățile fundamentale pedagogice, care se referă la pregătirea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul didactic sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii pedagogice.3. Însușirea priceperilor profesionale pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea cercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Acmeologia fitness-ului</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. În legătura cu aceasta programa presupune și <i>obiective de referință</i>:</p> <ul style="list-style-type: none">- analiza fitness-activității din poziția măiestriei pedagogice;- însușirea calităților pedagogice a personalității fitness-antrenorului;- studierea particularităților activității profesional-didactice a fitness-antrenorului;- formarea procesului de autoperfecționare a fitness-antrenorului;						

	<ul style="list-style-type: none"> - cercetarea procesului de predare-învățare în sistemul fitness-antrenamentului; - însușirea tehnologiei a instruirii acțiunilor motrice; - formarea potențialului creativ fitness-antrenorului; - educarea culturii profesionale a fitness-antrenorului. <p>Programa cursului specializat o constituie opt teme, care cuprind compartimente de bază ale științei pedagogice cu orientarea la activitatea profesională fitness-antrenorului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea unui sistem de concepte privind legitățile principale ale activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului. • Perfecționarea ideilor acmeologice despre principiile de bază, care asigură procesul fitness-activității sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei și tehnicii pedagogice. • Însușirea priceperilor profesionale pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea acmecercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza fitness-activității din poziția măiestriei pedagogice; - formarea procesului de autoperfecționare a specialistului în domeniul fitnessului; - cunoașterea științei teoretico-metodice a fitness-ului prin aplicații experimentale și de observație; - organizarea și desfășurarea activităților de acmecercetare științifică în fitness; - sistematizarea și generalizarea celor mai noi teorii, interpretări, metode și tehnici din domeniul fitness; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientarea umanistă asupra dezvoltării personalității practicanților de fitness prin intermediul culturii fizice recreative; - alegerea metodelor de desfășurare a activităților acestora, ținând seama de motivele, orientările de valoare, obiectivele cursanților; - pregătirea pentru următoarele etape ale aptitudinilor pedagogice. <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale acmeologiei ca știință, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine creativă; - să aibă o idee despre tehnologiile educaționale moderne, conținutul și orientarea acmeologică a formării specialiștilor în domeniul culturii fizice; - să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului creativ. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire; - să percepe experiența pedagogică ca rezultat al autorealizării potențialului creativ al profesorului; - să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze metodele de determinare a nivelului de profesionalism al profesorului; - să aplice abilitățile sale pedagogice; - să aplice abordarea creativă a activității profesionale;

	<p>– să utilizeze inovațiile;</p> <p>– să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Semina re	L/I
	1.	Acmeologia fitness-ului	14	2	2	10
	2.	Activitatea profesională	14	2	2	10
	3.	Personalitatea fitness-antrenorului	22	4	4	14
	4.	Activitatea profesional-didactică antrenorului de fitness	38	8	8	22
	5.	Procesul de predare-învățare în sistemul fitness-antrenamentului	24	4	4	16
	6.	Tehnologia însușirii acțiunilor motrice	18	2	2	14
	7.	Potențialul creativ fitness-antrenorului	26	4	4	18
	8.	Cultura profesională antrenorului de fitness	24	4	4	16
	Total		180	30	30	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Tehnologiile acmeologice vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază acmeologică.</p> <p>Dispune de tehnologii acmeologice datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea preventivă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p>Evaluarea tematică presupună elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p>Evaluarea totală se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Aftimiciuc O. <i>Bazele pedagogice ale activității profesionale a profesorului de educație fizică</i>. Programa (Pentru Masterat). Chișinău: INEFS, 2003. 30 p.</p> <p>2. Aftimiciuc O., Gõnczi-Raicu M. <i>Conținutul cunoștințelor necesare al studenților pentru realizarea activității didactice integrative</i>. În: A dualității și perspective în educația fizică și sportivă de performanță: Conf. internaț. de comun. și refer. științ. Galați: Univ. „Dunărea de Jos” Galați, 2003, p. 65-68.</p> <p>3. Aftimiciuc O. <i>Analiza pregătirii profesorilor de educație fizică pentru activitatea profesional-pedagogică în cadrul priceperilor kinestezice</i>. În: <i>Gymnasium: Revistă de Educație Fizică și Sport</i>. Bacău: FEFS, Univ. din Bacău, 2004, Nr. 6, p. 76-77.</p> <p>4. Aftimiciuc O. <i>Însemnătatea ritmului în creația pedagogică a profesorului de educație fizică</i>. În: <i>Studii și cercetări științifice în Educație Fizică și Sport: Revistă de Educație Fizică și Sport</i>. Bacău: FEFS, Univ. din Bacău, 2004, Nr. 4, p. 28-30.</p> <p>5. Aftimiciuc O. <i>Specificul comunicării profesionale a specialistului de aerobică</i>. În: <i>Problematika educației în mileniul III: Lucr. conf. internaț. Galați: Fundația Universitară „Dunărea de Jos”, 2007, p. 14-18.</i></p> <p>6. Aftimiciuc O., Chirazi M. <i>Caracteristici psihologo-pedagogice ale profesiei de instructor/antrenor de fitness</i>. În: <i>Fitness: teoria și metodică: [material didactic]</i>. Iași: PIM, 2012, p. 135-147. (156 p.)</p> <p>7. Gõnczi-Raicu M., Aftimiciuc O., Danail S. <i>Competențe de coordonare complexă în cadrul activității didactice integrative a profesorilor de educație fizică: Monografia</i>. Chișinău: Valinex, 2014. 160 p.</p> <p>8. Pâslaru VI. și colab. <i>Competențe ale pedagogilor: Interpretări</i>. Chișinău: Continental Grup, 2014. 192 p.</p> <p>9. Aftimiciuc O., Jurat V. <i>Particularitățile activității profesionale și personalității profesorului-antrenorului la aerobică de fortificare</i>. În: <i>Aerobica. Teorie și metodică: [Manual]</i>. K.: "Valinex" SRL, 2016, p. 206-228. (298 p.)</p> <p>10. Aftimiciuc O., Aftimiciuc V. <i>Particularitățile psihologo-pedagogice activității profesionale și a personalității fitness-antrenorului</i>. În: <i>Teoria și metodologia fitness-ului (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare): [Manual]</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017, p. 242-264. (246 p.)</p> <p>11. Апресян Г.З. <i>Ораторское искусство</i>. 2-е изд., перераб. и доп. М.: МГУ, 1972. 202с.</p> <p>12. Афтимичук О. <i>Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры</i>. Дис. ... д-а пед. наук. Кишинев, 1998. 300 с.</p> <p>13. Борисюк И.В. <i>Невербальные компоненты коммуникации</i>. М.: Наука, 1987. 104с.</p> <p>14. Бухвалов В.А. <i>Алгоритмы педагогического творчества</i>, М., „Просвещение”, 1993 г., с. 40-41.</p> <p>15. Волков И.П. <i>Спортивная психология и акмеология спорта</i>. СПб.: БПА, 2001.</p> <p>16. Верткин И.М. <i>Бороться и искать... О качествах творческой личности</i>, в Сб.: <i>Нить в лабиринте / Сост. А. Б. Селюцкий</i>. Петрозаводск, „Карелия”, 1988 г., с. 23-25.</p> <p>17. Гуревич К.М. <i>Проблемы дифференциальной психологии</i>. М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО „МОДЭК”, 1998. 384 с.</p> <p>18. Гусейнов А.А., Апресян Р.Г. <i>Этика: Учебник</i>. М.: Гардарики, 1999. 472 с.</p> <p>19. Деркач А.А. <i>Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека</i>. М., 2000.</p> <p>20. Деркач А.А., Исаев А.А. <i>Педагогическое мастерство тренера / Предисл. Н.В.Кузьминой, А.Н.Пуни, А.В.Тарасова</i>. М.: Физкультура и спорт, 1981. 375 с.</p>	

21. Зеленкова И.Л., Беляева Е.В. *Этика*: Учеб. пособие для студентов вузов. 4-е изд., стереотип. Мн.: ТетраСистемс, 2001. 368 с.
22. Ильин Е.П. *Психология физического воспитания*: Учеб. для ин-тов и фак-тов физ. культуры: 2-е изд., испр. и доп. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2000. 486 с.
23. Каменская Е.Н. *Этика. Эстетика*. Конспект лекций. Изд. 2-е. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 256 с.
24. Кан-Калик В.А. *Учителю о педагогическом общении*: Кн. для учителя. М.: Просвещение, 1987. 190 с.
25. Клинберг Л. *Проблемы теории обучения*: Пер. с нем. М.: Педагогика, 1984.
26. Коломинский Я. Л. *Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности)*: Учеб. пособие. 2-е изд., доп. Мн.: ТетраСистемс, 2000. 432 с.
27. Крысько В.Г. *Психология и педагогика: Схемы и комментарии*. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. 368 с.
28. Кузьмина (Головки-Гаршина) Н.В. *Акмеологическая теория повышения качества подготовки специалистов образования*. М.: ИЦ, 2001. 143 с.
29. Кузьмина Н.В., Реан А.А. *Профессионализм педагогической деятельности*. Рыбинск, 1993. 121 с.
30. Кузьмина, Н.В., Пожарский, С.Д., Паутова, Л.Е. *Акмеология качества профессиональной деятельности специалиста [Текст]: Монография*. СПб.; Коломна; Рязань, 2008. 376 с.
31. Луткова Н.В. *О месте творческой деятельности в педагогической практике студентов*. В: Формирование профессионально-педагогического мастерства студентов ИФК в условиях непрерывной пед. практики: Сб. науч. тр. ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта. Л., 1989. с. 74-77.
32. Маркова А.К. *Психология профессионализма*. Минск, 1996.
33. Пиз А. *Язык телодвижений*. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. 224 с.
34. Хозяинов Г.И., Кузьмина Н.В., Варфаломеева Л.Е. *Акмеология физической культуры и спорта*: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2005. 208 с.
35. Чернокозова В.Н., Чернокозов И.И. *Этика учителя*. Киев: Радянська школа, 1973. 176 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Tehnici kinetoterapeutice în fitness					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul II <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.006	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 specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedra.kinetoterapi@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			150	20	20	-	110
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnici kinetoterapeutice în fitness” este Programul de studii este orientat spre pregătirea specialiștilor pentru domeniul fitness-industriei, organizării și gestionării fitnessserviciilor și este axat pe studierea unor cursuri generale și specifice cu aplicații practice.</p> <p><i>Tehnici kinetoterapeutice în fitness</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea Tehnologii și management în fitness, cod S 02 O.006 pe un număr de 150 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 40 ore; lucru individual 110 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – practice. Studierea obiectului se finalizează cu examen.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificarea și definirea conceptelor și teoriilor, proceselor și metodelor fundamentale ale domeniului și ariei de specializare.• Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul fitness-activității din perspectiva standardelor, criteriilor și indicatorilor.• Însușirea metodologiei de desfășurare a cercetării științifice.• Interpretarea tehnologiilor informaționale.• Estimarea problemelor cu care se confruntă managerul culturii fizice recreative în realizarea obiectivelor propuse, precum și dezvoltarea capacității de organizare și conducere. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al turiștilor în corespundere cu tipul orientare practicat;						

	<ul style="list-style-type: none"> Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile de orientare sportivă. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei Tehnicii kinetoterapeutice în fitness; Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; Aplicarea metodologiei specifice recuperării sportivilor și elevilor; Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminare	LI
	1	Introducere în cursul Fitnesului ca metodă de recuperare. Caracteristica generală a sistemelor din fitness: Mijloacele și metodele.	12	2	2	8
	2	Aerobica ca metoda de recuperare în Kinetoterapie. Indicații și contrindicații.	14	2	2	10
	3	Antrenamentul CARDIO. Caracteristica generală și Particularitățile aplicării a diferitor metode în Kinetoterapie.	16	2	2	12
	4	Wellness – ca metodă de recuperare în Kinetoterapie: Caracteristica generală. Tehnici și metode aplicării a exercițiilor. Indicații și contrindicații.	12	2	2	8
	5	Ioga și tipurile ei folosite în Kinetoterapie ca metoda de recuperare. Tehnici și metodele. Indicații și contrindicații.	16	2	2	12
6	“Zilnicul Sănătății și Recuperării”- metodă de monitorizare procesului de recuperare a pacientului: completarea zilnicului, elaborarea programelor de recuperare și complexelor de exerciții.	14	2	2	10	

	7	Stretching ca metoda de recuperare bolnavilor. Indicații și contrindicații.	14	2	2	10
	8	Evaluarea intermediara I	14	2	2	10
	9	Nordic Walking - metodă recuperare pacientului complexă. Particularitățile aplicării.	18	2	2	14
	10	Naturoterapy – ca metodă de recuperare. Particularități metodologice ale programelor, indicații și contrindicații. Evaluarea finală	20	2	2	16
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale recuperării medicale. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată in triadă, jocul de rol etc.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin evaluarea: <i>inițială și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>conversație</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea finală</i> se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Andrei Marius Ispas, Sabina Macovei. Pilates pentru tine și corpul tău. București, Editura Aius, 2020, 244 pag. ISBN 9786065628663 2. Jessica Matthews Strecing pentru orice vârstă. București, Editura Pilot books, 2021, 208 pag. ISBN 978 606 9502051 3. Сапожникова О.В. Фитнес. Екатеринбург, Изд. Урал. Ун-та, 2016, 144стр. ISBN 978-5-7996- 1516-1 4. Джорж Райан Анатомия тренировок со свободными отягощениями. М.: Поппури, 2016, 144 стр. 5. Сандрин Бриду Фитнес-йога, М.: Поппури, 2019, 80 стр. 6. Би-Джей Гаддур Силовые упражнения без отягощений. Как заменить штангу весом своего тела. М.: Поппури, 2020, 288 стр. ISBN 978-985-15-4649-3 7. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. М.: Изд. Харверст, 2021, 160 стр. ISBN 978-985-18-4643-2 8. Хелен Ванденбург Смешанные тренировки. Фитнес, йога, пилатес и барре. М.: Изд. Попурри, 2018, 336 стр. ISBN 978-985-15- 3458-2 9. Алекс Хатчинсон Кардио или силовая тренировка? Какие нагрузки подходят именно вам. М.: Изд. Альпина Паблшер, 2018, 350 стр. 					

	<p>10. Бадюк С.Н. Шанти Практика: 60 дней тренировок, которые изменят жизнь навсегда. М.: ЭКСМО, 2018, 224 стр. ISBN 978-5-699-93407-2</p>
--	--

	<p>11.Брет Контрерас Анатомия силовых упражнений с использованием в качестве отягощения собственного веса. М.: Поппури, 2021, 224 стр.</p>
--	--



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Metodici de diagnostic în fitness					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.O.007	Anul	I	Se me str ul	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 specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	24	10	6	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Metodici de diagnostic în fitness</i> oferă o oportunitate pentru viitorul antrenor de a obține nu numai o înțelegere generală a relației dintre mental și fiziologic și, astfel, să-și extindă și să aprofundeze viziunea sa mondială, dar și să dobândească cunoștințe despre utilizarea abordărilor și metodelor moderne experimentale. Cunoștințele metodologice și teoretice dobândite în acest curs îi vor ajuta pe masterant să-și rezolve sarcinile practice, vor forma aptitudinile de organizare și desfășurare a cercetărilor experimentale. Scopul cursului este de a crea o perspectivă holistică asupra esenței proceselor psiho-fiziologice care apar ca urmare a activității musculare active a organismului, formarea cunoștințelor științifice ale fitness-antrenorilor, contribuind la îmbunătățirea profesionalismului lor în domeniul fitness-ului.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ. Predarea cursului de masterat <i>Metodici de diagnostic în fitness</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea unui sistem de concepte privind legăturile principale ale activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Însușirea principiilor generale și specifice ale manifestării și dezvoltării psihofiziologice în condițiile fitness-activităților.3. Perfecționarea priceperilor de a utiliza cunoștințele teoretice și practico-metodice în activitatea științifică în domeniul culturii fizice recreative. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Metodici de diagnostic în fitness</i>. Particularitatea cursului actual constă argumentarea fitness-activității ce presupune din poziția sintezei două domenii științifice: psihologie și fiziologie. În legătura cu aceasta programa presupune și obiective de referință.</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> - analiza psihofiziologică a fitness-activității; - diagnostica proceselor psihice și stărilor psihofiziologice în procesul desfășurării lecțiilor de fitness; - studierea particularităților personalității celor ce practică fitness-ul; - cercetarea colectivului practicanților fitness-ului; - elaborarea anchetei pentru desfășurarea sondajului sociologic; - alegerea metodelor psihofiziodiagnostice pentru cercetarea științifică a fitness-activității; - elaborarea blocului de testări pentru desfășurarea diferitor direcții ale psihofiziodiagnosticii în sistemul fitness-ului. <p>Programa cursului specializat o constituie opt teme, care cuprind compartimente de bază ale științei psihofiziologice ce au orientarea profesională.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea cunoștințelor despre esența proceselor psiho-fiziologice ale corpului în aspectul activității fizice. • Clasificarea și diagnosticarea diferitelor condiții psiho-fiziologice. • Organizația activităților de fitness pe baza cunoștințelor dobândite. • Formarea trăsăturilor de personalitate semnificative din punct de vedere profesional. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea sistemului de categorii și metode necesare pentru rezolvarea sarcinilor tipice în diferite domenii ale activității profesionale; - stăpânirea de noi metode de cercetare, schimbarea profilului științific și a profilului științific și practic al activităților profesionale; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de a desfășura independent cercetarea psihodiagnostică în conformitate cu standardele etice, procesarea și analiza datelor obținute, inclusiv utilizarea tehnologiilor informaționale, interpretează rezultatele cercetării; - pregătirea pentru formularea de sarcini profesionale inovatoare în domeniul cercetării și activităților practice; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască esența proceselor psiho-fiziologice ale corpului; - să cunoască caracteristicile apariției diferitelor stări psiho-fiziologice ca urmare a activității musculare active; - să cunoască bazele teoriei sistemelor funcționale; - să cunoască conceptele de bază și categoriile de diagnostice funcționale, ca una din domeniile de medicină sportivă; - să identifice principalele probleme care apar în procesul de diagnosticare funcțională și de a avea o idee despre modul de rezolvare a acestora. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată clasifica diferite stări psiho-fiziologice ale practicanților de fitness; - să aleagă cele mai eficiente mijloace și metode pentru diagnosticarea stărilor psiho-fiziologice; - să folosească concepte și categorii speciale de psihofiziologie în planificarea activităților de fitness. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aplice abilitățile de auto-organizare a examenelor psiho-fiziologice folosind diferite mijloace și metode; - să aplice abilități de auto-interpretare a rezultatelor și, pe baza acestora,

	planificarea unor activități fizice eficiente; – să utilizeze inovațiile; – să aplice metodele de utilizare a cunoștințelor dobândite în practica activităților lor profesionale.						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	LI
	1.	Caracteristica psihofiziologică a fitness-activității	15	2	1		12
	2.	Sisteme funcționale și conducerea fitness-activității	15	2	1		12
	3.	Voința și conducerea spontană a fitness-activității	15	2	1		12
	4.	Reglarea emoțională a activității practicanților fitness-ului	15	2	1		12
	5.	Capacitatea de muncă și dependența ei de la influențele stimulante	15	2	1		12
	6.	Stările psihofiziologice, determinate în procesul fitness-activității	15	2	1		12
	7.	Psihofiziologia activității profesionale	15	2	1		12
	8.	Diagnostică proceselor psihice și stărilor psihofiziologice în fitness	45	10	3	6	26
Total			150	24	10	6	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Tehnologiile diagnostice în domeniul culturii fizice sub aspectul psihologic și fiziologic vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază diagnosticii psihofiziologice.</p> <p>Dispune de tehnologii diagnostice datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, seminarii, lecții de laborator. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test. La lecții de laborator se desfășoară modele de sondaje sociologice, se elaborează blocuri de teste psihologice și fiziologice.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, elaborarea, modelarea, proiectarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea prealabilă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin lucrarea de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în forma orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară pentru determinarea dinamicii procesului</p>						

	<p>didactic, stimularea procesului de instruire din partea masterandului, contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupună elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în forma de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Allaport W.G. <i>Structura și dezvoltarea personalității</i>. București: Didactica și Psihologica, 1981. Cosmovici A. <i>Metode de investigare a personalității. Probleme fundamentale ale psihologiei</i>. București: Academie, 1980. Epuran M. <i>Psihologia educației fizice și sportului</i>. București: Sport-Turism, 1980. Epuran M. <i>Psihologia sportului</i>. București: Stadion, 1985. Georgescu F. <i>Cultura fizică – fenomen social</i>. Oradea: Trionic, 1998. Horghidan V. <i>Problematica psihomotricității</i>. București: Globus, 2000. Popa Gh. <i>Metodologia cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului</i>. Timișoara: Orizonturi universitare, 1999. Șchiopu U., Verza C. <i>Psihologia vârșelor</i>. București: Didactica și pedagogica, 1997. Turcu A. <i>Interdependența funcțională dintre gândire și reprezentare</i>. Cluj-Napoca: Dacia, 1990. Zlate M., Zlate C. <i>Cunoașterea și aprecierea grupelor sociale</i>. București: Politica, 1972. Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. <i>Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме</i>. СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2004. 560 с. Бобров В.А. <i>Психология профессиональной пригодности</i>. М.: ПЭРСЭ, 2001. Гогунев Е. Н., Мартыянов Б.И. <i>Психология физического воспитания и спорта</i>. 2-е изд., дораб. М.: Издательский центр „Академия”, 2004. 224 с. Ильин Е.П. <i>Психофизиология физического воспитания: Учеб. пособие для ст-тов физ.воспитания пед. ин-тов</i>. М.: Просвещение, 1980. 199 с. Ильин Е.П. <i>Мотивация и мотивы</i>. СПб.: Питер, 2004. 512 с. Ильин Е.П. <i>Психология спорта</i> СПб.: Питер, 2008. 352 с. Каменская Е.Н. <i>Социальная психология: Конспект лекций: Учебное пособие</i>. Изд. 2-е. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 192 с. Каменская Е.Н. <i>Психология развития и возрастная психология: Конспект лекций</i>. Изд. 2-е, перераб. и доп. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 251 с. Кретти Б.Дж. <i>Психология в современном спорте</i>. М.: Физкультура и спорт, 1978. 224 с. Магун В.С. <i>Оценки и самооценки в структуре индивидуальности</i>. В: Психодиагностические методы в комплексном исследовании студентов. Л.: ЛГУ, 1986. с. 195-209. Марищук В.Л. <i>Психология спорта: Учебное пособие</i>. 2-е изд., испр. и доп. Минск: БГУФК, 2006. 147 с. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А., Серова Л.К. <i>Методики психодиагностики в спорте</i>. М.: Просвещение, 1990. 256 с. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. <i>Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса</i>. СПб.: Сентябрь, 2001. Немов Р.С., Алтунина И.Р. <i>Социальная психология: Учебное пособие</i>. 	

- СПб.: Питер, 2008. 432 с.
25. Николаев А.Н. *Стресс: его преодоление и профилактика*. СПб.: Знание, 2005.
26. *Психологическая диагностика: Учебник для вузов* / Под ред. М.К. Акимовой, К.М. Гуревича. СПб.: Питер, 2008. 652 с.
27. *Психофизиология: Учебник для вузов* / Под ред. Ю.И. Александрова. 3-е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер, 2007. 464 с.
28. Райгородский Д.Я. (ред.-сост.) *Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие*. Самара: Издательский Дом „БАХРАХ-М”, 2002. 672 с.
29. Розум С.И. *Психология социализации и социальной адаптации человека*. СПб.: Речь, 2007. 365 с.
30. Серова Л.К. *Психология личности спортсмена* [Текст]: Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2007. 116 с.
31. Торочек В.А. *Современная психология труда: Учебное пособие*. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 432 с.
32. Юров И.А. *Методы психодиагностики в физическом воспитании и спорте*. Магадан: Пед. об-во, 1986. 24 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Fitness sport					
Titularul cursului		Șipilova Svetlana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.A.008	Anul	I	Semes trul	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 specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplină <i>Fitness sport</i> reprezintă materialul de studiu sistem-de privire generală și practic la fitness-probele sportive. Specialistul care conduce cursuri cu reprezentanți ai cluburilor de fitness trebuie să dețină o gamă completă de competențe necesare, bazate pe cunoașterea trăsăturilor morfofuncționale și a biochimiei corporale în repaus și în timpul exercițiilor fizice, bazele medicinei și controlului sportiv, biomecanica, metodele de cultură fizică și sport, precum și de a avea abilități de formare în disciplina care se învață. Conținutul ei prevede problemele formării activității profesionale a antrenorului de fitness.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea cunoștințelor despre probele de fitness-sport în aspectul retrospectiv și actual.2. Formarea competențelor privind legitățile organizării și desfășurării concursurilor în sistemul fitness-ului.3. Contribuirea la formele priceperilor de pregătire sportivilor pentru concursurile de fitness. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Fitness sport</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiectivele de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none">- perfecționarea cunoștințelor pe problemele fitness-ului general;- însușirea bazelor teoretice ale probelor sportive de fitness;- elaborarea programelor de concurs pe diferite probe de fitness-sport;- studierea problemei activității de concurs a fitness-sportului;- cunoașterea cu regulamentele de concurs ale probelor de fitness-sport;						

	<ul style="list-style-type: none"> - participarea în arbitraj la concursuri a diferitor probelor de fitness-sport; - participarea în organizarea și desfășurarea concursurilor de fitness-sport; - elaborarea regulamentelor de concurs; - formarea dării de seamă despre desfășurarea concursului. <p>Programa cursului actual o constituie patru teme, care cuprind compartimente de bază ale teoriei și metodicii fitness-sportului și presupune studierea disciplinei la direcțiile următoare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aspectele teoretice și fiziologice ale fitness-sportului; - sport aerobic; - fitness-aerobica (clasică, step, probele de dans); - probele de forță a fitness-sportului; - probele de masă a fitness-sportului.
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea cunoștințelor despre probele sportive ale fitness-ului. 2. Formarea competenților privind organizarea și desfășurarea concursurilor în sistemul fitness-ului. 3. Însușirea priceperilor profesionale orientate spre pregătirea sportivilor pentru concursurile de fitness. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • studierea și consolidarea competențelor profesionale ale unui antrenor; • dobândirea de abilități practice de comunicare; • dobândirea competențelor în organizarea și furnizarea de servicii sportive și de sănătate; • stăpânirea cunoștințelor și abilităților necesare pentru a oferi și primi feedback; • dobândirea cunoștințelor în domeniul competențelor profesionale, ținând seama de cerințele privind identitatea antrenorului; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • competența profesională a antrenorului: autoritatea mentorului, abilitățile de coaching, cultura comunicării, conceptul creativ personal, modelele de creativitate; • stăpânirea abilităților de competență comunicativă: comunicare eficientă în procesul de prestare a serviciilor sportive și de sănătate; • stăpânirea metodelor de convingere și motivație a studenților; • capacitatea de a evalua, de a determina factorii, care influențează aptitudinea fizică și sănătatea; • capacitatea de a evidenția caracteristicile socio-psihologice ale celor implicați; • capacitatea de a găsi mijloacele, metodele și condițiile de pregătire sportivă și de agrement și aplicarea lor; • capacitatea de a învăța cum să planifice și să programeze o antrenament de fitness sportiv, să facă planuri individuale de instruire pentru diverși participanți la procesul sportiv, ținând cont de caracteristicile lor individuale, folosind feedback; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stăpânirea calităților pedagogice profesionale necesare desfășurării antrenamentului de fitness sportiv; • stăpânire abilităților de prezentare; • stăpânirea abilităților de comunicare eficientă în lucrul cu atleții de fitness; • stăpânește abilitățile de a oferi și primi feedback în procesul de furnizare a serviciilor de fitness sportive.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale fitness-ului sportiv ca științei, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine creativă; - să aibă o idee despre tehnologiile educaționale moderne, conținutul și orientarea sportivă a formării specialiștilor în domeniul fitness-ului;

	<p>– să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului creativ.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>– să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire;</p> <p>– să percepe experiența pedagogică ca rezultat al autorealizării potențialului creativ al antrenorului;</p> <p>– să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>– să utilizeze metodele de determinare a nivelului de profesionalism al fitness antrenorului;</p> <p>– să aplice abilitățile sale pedagogice;</p> <p>– să aplice abordarea creativă a activității profesionale;</p> <p>– să utilizeze inovațiile;</p> <p>– să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Semina re	L/I
	1.	Introducere în curs <i>Fitness sport</i>	10	1	1	8
	2.	Aspectele teoretice și fiziologice ale fitness-sportului	10	1	1	8
	3.	Aspectele teoretice și particularitățile antrenamentului sportiv în fitness	46	8	8	30
	4.	Clasificarea și caracteristica probelor fitness-sportului	84	10	10	64
Total	150	20	20	110		
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina <i>Fitness sport</i> vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale masterandului. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază a sportului de fitness.</p> <p>Dispune de tehnologii sportive datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață și dezvoltare profesională.</p> <p>Lecțiile de <i>Fitness sport</i> se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale studenților despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea prealabilă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare a cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor practico-metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și realizează prin lucrarea de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice și priceperi practice în forma orală și de proiectare a sarcinilor practice.</p>					

	<p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară pentru determinarea dinamicii procesului didactic, stimularea procesului de instruire din partea masterandului, contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocurile didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și pe grupe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în forma de prezentare portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1.Александрова, А.А. <i>Фитнесс на основе восточных оздоровительных систем</i>. Универсальные программы для мужчин и женщин. М.: АСТ, Астрель, 2007. 249 с. 2.<i>Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе: Учеб. пособие / Планета фитнес</i>. М.: ОООУИЦ ВЕК, 2006. 72 с. 3.Бельский, И.В. <i>Системы эффективной тренировки: Армрестлинг. Бодибилдинг. Бенспресс. Пауэрлифтинг</i>. Мн.: ООО «Вида-Н», 2002. 352 с. 4.Борискевич, В.Е. <i>Организационные и методические принципы системы аэрофитнес</i>. В: Теория и практика физической культуры, 1997, № 8, с. 14. 5.Бурбо, Л. <i>Тайчи-фитнес</i>. Ростов н/Дону, 2005. 160 с. 6.Верхошанский, Ю.В. <i>Основы специальной силовой подготовки в спорте</i>. М.: Физкультура и спорт, 1977. 215 с. 7.Верхошанский, Ю.В. <i>Основы специальной физической подготовки спортсменов</i>. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с. 8.Делавье, Ф. <i>Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин / Пер. с франц. яз. Ивановой О. Е.</i> М.: Рипол Классик, 2007. 144 с. 9.Дембо, А.Г. <i>Врачебный контроль в спорте</i>. М.: Медицина, 1998, с. 6-8. 10.Дубровский, В.И. <i>Реабилитация в спорте</i>. М.: Физкультура и спорт, 1991. 208с. 11.Дубровский, В.И. <i>Спортивная физиология: Учебник для средних и высших учебных заведений по физической культуре</i>. М.: Владос, 2005. 462 с. 12.Иванова, О.А. <i>Танцевальные упражнения в американской аэробике: Учеб. пособие</i>. М.: НПЦ ЦНИИ «Спорт», Госкомспорт СССР, 1990. 34 с. 13.Каранфил, В.Г. <i>Тайцзицюань</i>. Кишинев: СО Аурора, 2002. 196 с. 14.Кузнецов, А.Ю. <i>Анатомия фитнеса</i>. Ростов н/Дону: Феникс, 2007. 224 с. 15.Курамшин, Ю.Ф., Петровский, В.В. <i>Методы, применяемые в физическом воспитании</i>. В кн.: Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. В 2-х т. Киев: Олимпийская литература, 2003, Т. 1, с.111-135. 16.Лапутин, А.Н. <i>Обучение спортивным движениям</i>. К.: Здоров'я, 1986. 216 с. 17.Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. <i>Аэробика: В 2 т. Т. II. Частные методики</i>. М.: Федерация аэробики России, 2002. 216 с. 18.Макарова, Г.А. <i>Спортивная медицина: Учебник для вузов</i>. М.: Советский спорт, 2004. 480 с. 19.Макагун, М.В., Мазуренко, С.А. <i>Атлетическая гимнастика для женщин</i>. В: Новое в жизни, науке, технике. Серия „Физкультура и спорт”. М.: Знание, 1990, № 4, с.103-190. 20.<i>Международные правила по пауэрлифтингу</i>. Конгресс международной федерации пауэрлифтинга, 1990. Издание ассоциации федераций Восточной Сибири и Дальнего Востока, 1992. 38 с. 21.Милард, А.-М., <i>Боевой фитнес для стройной фигуры. Тай-цзы, ки-бо,</i> 	

- карате, айкидо / Серия „Фитнесс-класс”. Ростов н/Д: Феникс, 2004. 224 с.
- 22.Мякинченко, Е.Б. *Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие*. М.: СпортАкадемПресс, 2006. 304 с.
- 23.Мякинченко, Е.В., Ивлев, М.П., Шестаков, М.П., Максимова, Е.Д., Григоренко, А., Лин, И. *Тренировочная нагрузка на занятиях по базовой аэробике*. В: Аэробика, 1999, № 2, с. 2-11.
- 24.Нестерова, Т.В., Овчинникова, Н.А. *Теория и методика преподавания аэробики: Метод. матер.* Киев: УГУФВС, 1998. 33 с.
- 25.Парцевский, А. *Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте*. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
- 26.*Правила соревнований по армрестлингу*. Международная федерация по армрестлингу, 2005. 26 с.
- 27.*Правила соревнований по Strenflex: The ultimate Fitness Sport*, 2002. 36 с.
- 28.*Словарь фитнес-терминов*. М.: ООО УИЦ ВЕК, 2006. 128 с.
- 29.Смирнов, В.М., Дубовский, В.И. *Физиология физического воспитания и спорта: Учеб. для ст-тов сред. и высш. учебных заведений*. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. 608 с.
- 30.Солодков, А.С., Сологуб, Е.Б. *Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник*. М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. 520 с.
- 31.*Соревнования по фитнес-аэробике*. Программа обучения и регистрации судей. Учебный план. FISAF. (Степ, фанк и аэробные программы). М.: ФАР, 1995. 14 с.
- 32.*Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина*. М.: Советский спорт, 2003. 464 с.
- 33.*Технические правила соревнований по фитнес-аэробике*. FISAF, с.11.
- 34.Туманян, Г.С., Мартиросов, Э.Т. *Телосложение и спорт*. М.: Физкультура и спорт, 1976. 239 с.
- 35.Уилмор, Дж.Х., Костил, Д.Л. *Физиология спорта: Пер. с англ.* Киев: Олимпийская литература, 2001. 504 с.
- 36.Холодов, Ж.К., Кузнецов, В.С. *Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений*. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательский центр „Академия”, 2003. 480 с.
- 37.Шварцнеггер, А. *Новая энциклопедия бодибилдинга*. М., Эксмо, 2004. 824 с.
- 38.Шестаков, С.В. *Бодибилдинг: школа чемпионов*. Ростов н/Д, «Владиус», 2003. 192 с.
- 39.Шипилина, И.А., Самохина, И.В. *Фитнесс-спорт \ Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте»*. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. 224 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Fitness-ul de reabilitare					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.A.009	Anul	I	Semes trul	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 specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Fitness-ul de reabilitare</i> oferă o oportunitate pentru viitorul antrenor de a obține nu numai o înțelegere generală a posibilităților fitness-ului și, astfel, să-și extindă și să aprofundeze viziunea sa mondială, dar și să dobândească cunoștințe despre utilizarea abordărilor și metodelor moderne experimentale. Cunoștințele metodologice și teoretice dobândite în acest curs îi vor ajuta pe masterant să-și rezolve sarcinile practice, vor forma aptitudinile de organizare și desfășurare a cercetărilor experimentale.</p> <p>Conceptul de bază al <i>Fitness-ului de reabilitare</i> este de a crea o perspectivă holistică asupra esenței proceselor de reabilitare care apar ca urmare a activității musculare active a organismului, formarea cunoștințelor științifice ale fitness-antrenorilor, contribuind la îmbunătățirea profesionalismului lor în domeniul fitness-ului în aspectul de reabilitare fizică.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea unui sistem de concepte privind legitățile principale ale activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Însușirea principiilor generale și specifice ale manifestării și dezvoltării de reabilitare în condițiile fitness-activităților.3. Perfecționarea priceperilor de a utiliza cunoștințele teoretice și practico-metodice în activitatea științifică în domeniul fitness-ului. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Fitness-ul de reabilitare</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiectivele de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none">– analiza fitness-activității în aspectul de reabilitare;						

	<ul style="list-style-type: none"> - diagnostica funcțională a proceselor fizice și stărilor psihofizice în procesul desfășurării lecțiilor de fitness; - studierea problemelor aparatului locomotor fără intervenție chirurgicală, prin metoda reabilitării active.; - cercetarea tehnologiilor de reabilitare ale fitness-ului; - elaborarea unui program funcțional, de corecție și de reabilitare ale fitness antrenamentului; - alegerea metodelor de reabilitare pentru cercetarea științifică a fitness-activității; - elaborarea blocului de teste în sistemul fitness-ului de reabilitare. <p>Programa cursului specializat o constituie opt teme, care cuprind compartimente de bază ale științei de reabilitare ce au orientarea profesională.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea cunoștințelor despre esența proceselor funcționale ale practicantului de fitness în aspectul activității fizice. • Clasificarea și diagnosticarea diferitelor stări organismului în general și aparatului locomotor, în particular. • Organizația activităților de fitness de reabilitare pe baza cunoștințelor dobândite. • Formarea trăsăturilor de personalitate semnificative din punct de vedere profesional. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea sistemului de categorii și metode necesare pentru rezolvarea sarcinilor tipice în diferite domenii ale activității profesionale; - stăpânirea de noi metode de cercetare, schimbarea profilului științific și a profilului științific și practic al activităților profesionale; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de a desfășura independent cercetarea de reabilitare în conformitate cu standardele etice, procesarea și analiza datelor obținute, inclusiv utilizarea tehnologiilor informaționale, interpretează rezultatele cercetării; - pregătirea pentru formularea de sarcini profesionale inovatoare în domeniul cercetării și activităților de reabilitare practice; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască esența proceselor funcționale ale practicantului de fitness; - să cunoască caracteristicile apariției diferitelor stări funcționale-fizice ca urmare a activității musculare active; - să cunoască bazele teoriei sistemelor funcționale-fizice; - să cunoască conceptele de bază și categoriile de diagnostice funcționale-fizice, ca una din domeniul culturii fizice de reabilitare; - să identifice principalele probleme care apar în procesul diagnostic de reabilitare și de a avea o idee despre modul de rezolvare a acestora. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată clasifica diferite stări organismului în general și aparatului locomotor ale practicantilor de fitness; - să poată selecționa cele mai eficiente mijloace și metode pentru diagnosticarea stărilor funcționale-fizice ale organismului; - să folosească concepte și categorii speciale de reabilitare în planificarea activităților de fitness. <p align="center">La nivel de integrare:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> – să aplice abilitățile de autoorganizare a examenelor de reabilitare folosind diferite mijloace și metode; – să aplice abilități de autointerpretare a rezultatelor și, pe baza acestora, planificarea unor activități de reabilitare eficiente; – să aplice metodele de utilizare a cunoștințelor dobândite în practica activităților lor profesionale; – să utilizeze inovațiile în fitness-ul de reabilitare; – să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare și realizarea de sine. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Semina re	L/I
	1.	Reabilitarea fizică: noțiunea, domenii de utilizare, conținutul	16	2	2	12
	2.	Perioade de reabilitare și de îmbunătățire a sănătății umane	16	2	2	12
	3.	Prevederi conceptuale de bază în domeniul fitness-ului de reabilitare	16	2	2	12
	4.	Utilizarea treajoarelor în fitness-reabilitare	16	2	2	12
	5.	Fitness programe utilizate în sistemul de reabilitare fizică a diferitor boli	26	4	4	18
	6.	Însemnătatea auto-controlului în timpul lecțiilor de fitness de reabilitare.	16	2	2	12
	7.	Antrenamentul de reabilitare: concepte și abordări de bază pentru restabilirea funcționalității corpului uman	16	2	2	12
	8.	Principii de bază și componente ale antrenamentului de reabilitare (tehnici de respirație, poziții inițiale, exerciții corective)	28	4	4	20
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Tehnologiile de reabilitare în domeniul culturii fizice vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază diagnosticii de reabilitare.</p> <p>Cursul <i>Fitness-ul de reabilitare</i> dispune de tehnologii de reabilitare datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, seminarii, lecții de laborator. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; atestare; blit-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, elaborarea, proiectarea, problematizarea.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p><i>Evaluarea prealabilă</i> se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin lucrarea de control.</p> <p><i>Evaluarea operativă</i> stabilește determinarea însușirii urgente a predării</p>					

	<p>materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în forma orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară pentru determinarea dinamicii procesului didactic, stimularea procesului de instruire din partea masterandului, contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în forma de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antonescu D. <i>Corectarea coloanei vertebrale</i>. București: Edit. Medicală, 1993. 220 p. 2. Aftimiciuc O., Chirazi M. <i>Fitness: teorie și metodică</i>. Iași: PIM, 2012. 156 p. 3. Aftimiciuc O., Jurat V. <i>Aerobica. Teorie și metodică</i>: [Manual]; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex SRL, 2016. 298 p. 4. Aftimiciuc O., Aftimiciuc V. <i>Teoria și metodologia fitness-ului</i>. Manual. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. 5. Aftimichuk O., Lukin A. <i>The Prevention of Tennis Players' Traumatism Using the Means of Stretching</i>. In: Journal EC Orthopaedics, 8.1 (2017): 30-34. 6. Aftimichuk O. <i>Teaching program of breathing coordination in the system of strength training</i>. In: MedCrave Online Journal (MOJ) Sports Medicine, 2018, 2(2): 00044; DOI: 10.15406/mojm.2018.02.00044; 7. Aftimichuk O. <i>Power fitness training as a corrective and preventive system of muscular imbalance</i>. In: MOJ Sports Med. 2018; 2(4):123-126; DOI: 10.15406/mojm.2018.02.00059. 8. Bompa T.O. <i>Dezvoltarea calităților biomotrice</i>. București, Editura Ex Ponto, 2001. 9. Bota A. <i>Exerciții fizice pentru viață activă. Activități motrice de timp liber</i>. București: Ed. Cartea Universitară, 2006. 10. Bota C. <i>Ergofiziologia</i>. București: Ed. Globus, 2000. 11. Dragnea A., Bota A. <i>Teoria activităților motrice</i>. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1999. 12. Horghidan V. <i>Problematika psihomotricității</i>. București: Globus, 2000. 13. Popa Gh. <i>Metodologia cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului</i>. Timișoara: Orizonturi universitare, 1999. 14. Popescu G. <i>Impact aerobic</i>. București: Ed. Elisaveros, 2005. 15. Tudor V. <i>Evaluarea și măsurarea în cultură fizică și sport</i>. București: Ed. Alpha, 2005. 16. Алешина А.И. <i>Физическая реабилитация пациентов с нейрогенной дисфункцией стопы на отдаленном этапе острого нарушения мозгового кровообращения</i>. В: Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, № 1, 2012, с. 17-22. 17. Афтимичук О.Е. <i>Теория и методика силового фитнеса: Учебник</i>; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Кишинэу: Valinex, 2018. 480 с. 18. Агаджанян Н.А., Шабатура Н.Н. <i>Биоритмы, спорт, здоровье</i>. М., 1989. 208 с. 19. <i>Адаптация и здоровье</i> / отв. ред. Э.М. Казин. Кемерово, 2003. 301 с. 20. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботьялов М.А. <i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. пособ. для ст-тов пед. спец. высш. и сред. учеб. заведений</i>. Новосибирск, 2009. 212 с. 21. Амосов В.М. <i>Раздумья о здоровье</i>. Свердловск, 1987. 174 с. 	

22. Бароненко В.А. *Двигательная активность – ведущий универсальный фактор жизнедеятельности и биопрогресса*. М., 2003, № 1, с. 7-10.
23. Васильева О.С., Филатов Ф.З. *Психология здорового человека*. М., 2001. 337 с.
24. Виноградов Г.П. *Атлетизм: теория и методика тренировки*: учебник. М., 2009. 328 с.
25. Волошин П.В., Шевченко Л.А., Сливко Э.И. *Особенности двигательной патологии у постинсультных больных и их терапевтическая коррекция*. Запорожье: [б. и], 1998. 171 с.
26. *Геморрагический инсульт: практическое руководство* / Под ред. В.И. Скворцовой, В.В. Крылова. М.: Гэотар-медиа, 2005. 157 с.
27. Гротта Дж.К., Носер Е.А., Ро Т. [и др.] *Кинезитерапия с ограничением подвижности здоровой конечности*. В: Stroke. Российское издание: науч.-практ. мед. журн, 2005, № 8, с. 86-88.
28. Джавэн Мао. *Оздоровительная китайская гимнастика*. М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. 176 с.
29. Дубровский В.И. *Спортивная медицина: учебник для студентов высш. учеб. заведений*. 2-е изд., доп. М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002. 512 с.
30. Кадыков А.С., Шахпаронова Н.В. *Реабилитация после инсульта*. В: Медицинская кафедра, 2006, № 2, с. 54-58.
31. Ковальчук В.В., Скоромец А.А., Высоцкая М.Л. *Основные правила и техники физической терапии, используемые при восстановительном лечении больных, перенесших инсульт*. В: Паллиативная медицина и реабилитация, 2007, № 1, с. 50-54.
32. Ким Н.К. *Идеальная фигура*. Энциклопедия современного фитнеса. М., 2006. 280 с.
33. Крючек Е.С. *Аэробика: содержание и методика проведения оздоровительных занятий*. М., 2001. 64 с.
34. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. *Аэробика: Теория и методика*: в 2 т. М., 2002, Т. I. 221 с.
35. Мотылянская Р.Е., Ерусалимский Л.А. *Врачебный контроль при массовой физкультурно-оздоровительной работе*. М.: Физкультура и спорт, 1980. 96 с.
36. Никитин В.Н. *Психология телесного сознания*. М.: Алетея, 1999. 400 с.
37. Новикова Т.В., Валеев Н.М. *Содержание, формы и методы физической реабилитации инвалидов в позднем периоде инсульта: метод, разработки*. М.: СпортАкадемПресс, 2003. 47 с.
38. *Рекомендации ВОЗ и Международного общества гипертонии (МОГ). Артериальная гипертония: практ. руководство для первичного звена здравоохранения* / Под ред. Р.Г. Оганова. М., 1999.
39. Сапожникова О.В., Бароненко В.А. *Инновационная технология комплексных оздоровительных упражнений с отягощением для достижения физических кондиций*: учеб. пособие. Екатеринбург, 2009. 130 с.
40. Сапожникова О.В. *Инновационная технология применения физических упражнений с отягощениями*: монография. Екатеринбург, 2012. 181 с.
41. Скворцова В.И., Поляев Б.А., Иванова Г.Е. и др. *Основы ранней реабилитации больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения: метод. рек.* / Под. ред. В.И. Скворцовой. М.: Литтерра, 2006. 104 с.
42. Сомкин А.А. *Атлетические виды спорта. Соревновательные и оздоровительные аспекты развития силовых способностей*: монография. СПб., 2007. 119 с.
43. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. *Теория и методика физического воспитания и спорта*. М., 2002. 480 с.
44. Шварценеггер А. *Новая энциклопедия бодибилдинга*. М., 2004. 824 с.
45. Шихи К. *Фитнес-терапия: Исчерпывающее руководство для тех, кто хочет сохранить силу и здоровье своего тела и преодолеть болезни* / Пер. с англ.

А.В. Гришин. М., 2001. 216 с.

46. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. *Оздоровительный фитнес*. Киев, 2000. 367 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Activitatea economică a fitness-clubului					
Titularul cursului		Craijdan Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.O.010	Anul	I	Semes- trul	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 specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	16	4	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplină <i>Activitatea economică a fitness-clubului</i> se bazează pe cunoștințele de intrare, abilitățile și competențele masteranzilor, obținute de ei în procesul de mastering o serie de discipline generale educaționale și profesionale generale: <i>Management, Marketing, Psihologia socială, Sociologia</i>. Conținutul ei prevede problemele formării activității profesionale a managerului de fitness.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea cunoștințelor cu privire la legitățile fundamentale economice, care se referă la pregătirea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului. 2. Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul managerial sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii economice. 3. Însușirea priceperilor profesionale economice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea cercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Activitatea economică a fitness-clubului</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. În legătura cu aceasta programa presupune și obiective de referință:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza fitness-activității din poziția economiei; - însușirea calităților manageriale a personalității fitness-antrenorului; - studierea particularităților activității profesionale economice a fitness-antrenorului/managerului; - formarea procesului de autoperfecționare a fitness-antrenorului/managerului; - cercetarea procesului managerial în sistemul fitness-ului; - însușirea tehnologiei a realizării acțiunilor economice; 						

	<p>- formarea potențialului creativ fitness-antrenorului/managerului; - educarea culturii profesionale a fitness-antrenorului/managerului. Programa cursului specializat o constituie zece teme, care cuprind compartimente de bază ale științei economice cu orientarea la activitatea profesională fitness-antrenorului/managerului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea unui sistem de concepte privind legitățile principale ale activității profesionale economice a specialistului în domeniul fitness-ului. • Asimilarea principiilor de bază, care asigură procesul activității economice a fitness clubului sub aspectul cunoștințelor teoretice, competențelor tehnologice și tehnice. • Însușirea priceperilor profesionale economice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea cercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea definiției fitness-ului ca o ramură a economiei și business-ului; • analiza produsului industriei <i>Cultura fizică și sport</i>; • organizarea și desfășurarea finanțării a activității fitness clubului; • cunoașterea resurselor de munca <i>Cultura fizică și sport</i>; • sistematizarea salariului și bonusurile stimulative; • planificarea afacerii, ca parte a clubului de fitness; • cunoașterea protecției sociol-economice a intereselor în afaceri de fitness; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sistematizarea și generalizarea mijloacelor fixe ale fitness clubului și utilizarea lor eficientă; • înțelegerea naturii și conținutul economiei și afacerilor în fitness; • asimilarea aptitudinilor necesare pentru a evalua eficiența economică a clubului de fitness; • posedarea abilităților de dezvoltare a unui plan de afaceri; • însușirea a capacității de a calcula prețul serviciilor de fitness și de recreere; • înțelegerea însemnății a protecției sociale și economice a intereselor în sala de fitness și afaceri în fitness. <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; • formarea procesului autoeducării; • posedarea culturii profesionale; • înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; • exprimarea potențialului creativ.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale economiei ca științei, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine creativă; - să aibă o idee despre relațiile economice în domeniul de fitness și orientarea lor la formarea specialistului în domeniul culturii fizice; - să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului creativ. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire; - să percepe experiența managerială ca rezultat al autorealizării potențialului creativ al profesorului/managerului; - să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze metodele de determinare a nivelului de profesionalism al fitness managerului;

	<ul style="list-style-type: none"> – să aplice abilitățile sale manageriale; – să aplice abordarea creativă a activității profesionale; – să utilizeze inovațiile; – să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Ore contact direct				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Economie: esență, niveluri de bază, sistemul economic și funcțiile principale	12	1	1		10
	2.	Conexiunea dintre cultură fizică și economia societății	12	1	1		10
	3.	Economia culturii fizice	14	2	2		10
	4.	Industria fitness-ului	14	2	2		10
	5.	Întreprinderile de prestare a serviciilor de fitness	14	2	2		10
	6.	Bazele economice ale fitness clubului	18	2	2	2	12
	7.	Formele organizatoare juridice ale cluburilor de fitness	14	2	2		10
	8.	Planificarea business-ului în industria de fitness	13	2	1		10
9.	Business plan în industria de fitness	24	4	2	2	16	
10.	Remunerarea muncii în industria fitness-ului	15	2	1		12	
Total		150	20	16	4	110	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina <i>Disciplină Activitatea economică a fitness-clubului</i> vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților de aplicare a cunoștințelor economice ale masterandului. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază economică.</p> <p>Dispune de tehnologii economice datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesionale manageriale. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p><i>Evaluarea preventivă</i> se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului economic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p><i>Evaluarea operativă</i> stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p>						

	<p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor economice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<p>36. Audigier G. <i>Les etudes marketing</i>. Paris: Dunod, 1992.</p> <p>37. Galf P.C. <i>Fitness Clubs. Consumer protection between contract and association</i>. September 2010, www.ssrn.com</p> <p>38. Grosmana M. <i>Studierea motivării și portofoliului clienților serviciilor fitness bibliografia</i>. În: <i>Economie, Seria "Științe exacte și economice"</i>; Modul de acces: http://studiamsu.eu/wp-content/uploads/24_-p.171-179.pdf</p> <p>39. Kotler P. <i>Marketing Management. Analysis. Planning. Implementation and Control</i>. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, Co., 1988, p.777.</p> <p>40. Lenskold J.D. <i>Marketing ROI and Measurements. A Marketing Profs Benchmark Report</i>. July 2005. www.cmomagazine.com</p> <p>41. Sullivan M., Adcock D. <i>Retail Marketing</i>. Thomson, 2002. 341 p.</p> <p>42. Tharrett S., Peterson J. <i>Membership Attrition and Profitability</i>. In: <i>Fitness Management</i>, February-March 2007, p. 32-43.</p> <p>43. Азоев Г.А. <i>Конкуренция: анализ, стратегия и практика</i>. М.: Центр экономики и маркетинга, 2008. 204 с.</p> <p>44. Баранчев В., Стрижов С. <i>Анализ и оценка маркетингового потенциала предприятий</i>. В: <i>Маркетинг</i>, 2009, №5, с. 24-27.</p> <p>45. Басовский Л.Е. <i>Маркетинг</i>. М.: Инфра-М, 2007. 408 с.</p> <p>46. Бланк И.А. <i>Управление торговым предприятием: Учебник</i>. М.: Тандем, 2008.</p> <p>47. Варламова Н. <i>Фитнес как норма</i>. В: <i>Business Class</i>, 20 октября 2008, № 41(207), с. 15-17.</p> <p>48. Вебер М. <i>Коммерческое товароведение: расчеты от А до Я</i>. М.: Приор, 2009.</p> <p>49. Галкин В.В. <i>Экономика и управление физической культурой и спортом</i>. Феникс, 2006.</p> <p>50. Елиферов В.Г. <i>Процессный подход к управлению организацией</i>. В: <i>Методы менеджмента качества</i>, 2008, №4, с. 18-19.</p> <p>51. Золотов М.И., Кузин В.В., Кутепов М.Е. <i>Менеджмент и экономика физической культуры и спорта: Учебное пособие</i>. М.: Академия, 2005.</p> <p>52. <i>Информация о клубе с сайта Сыктывкар Today</i>: Режим доступа: http://www.fizra.sykt24.ru/</p> <p>53. Кушнерёв А.Г. <i>Методические указания к выполнению курсовой работы по дисциплине «Менеджмент в спорте» на тему: «Бизнес-план спортивного клуба» для студентов всех специальностей</i>. Кишинёв: НИФВиС, 2005, с. 52.</p> <p>54. Кушнерёв А.Г. <i>Курс лекций по дисциплине „Теоретические основы экономики спорта„ для студентов всех специальностей</i>. Кишинёв: ГУФВиС РМ, ЦОП «ПРИМЭКС», 2007.</p> <p>55. Кушнерёв А.Г. <i>Совершенствование управления деятельностью профильной спортивной федерации: монография</i>; Государственный университет физического воспитания и спорта Республики Молдова. Ch.: „Primex-com” SRL, 2008. 141 с.</p> <p>56. Кушнерёв А.Г. <i>Совершенствование экономической подготовки спортивных менеджеров</i>. În: <i>Știința culturii fizice: Pregătire profesională</i>,</p>	

antrenament sportiv, educație fizică, recuperare, recreație. Chișinău: USEFS, Nr. 5/2, 2010.

57. Кушнерёв А.Г., Константи́ниди О. *Опыт бюджетного планирования и определения годового членского взноса в профильной спортивной федерации (на примере НФТК РМ)*. În: Știința culturii fizice: Pregătire profesională, antrenament sportiv, educație fizică, recuperare, recreație. Chișinău: USEFS, Nr. 6/3, 2010.

58. *Организация управления учебно-тренировочным процессом в клубе боевых искусств (на примере каратэ-до)*. Учебно-методическое пособие. Государственный университет физического воспитания и спорта Республики Молдова. Клуб традиционного каратэ-до «РОНИН» Молдова. Кишинёв: Б.и., 2014 (Тірогр. „Primex-Com”). 159 p.

59. Памбухчиянц В.К. *Организация, технология и проектирование торговых предприятий*: Учебник. М.: ИВЦМаркетинг, 2009.

60. Панкратов С.А., Серегина С.М. *Коммерческая деятельность*. М.: Инфра-М, 2008.

61. Переверзин И.И. *Менеджмент спортивных организаций*. Учебное пособие. 3-е изд., переработанное и дополненное. М.: Физкультура и спорт, 2006. 464 с.

62. Табаран М.Г. *Управление финансовыми рисками фитнес-клуба*. В: Вопросы экономики и управления, 2018, №2, с 23-27.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Tehnologii recreative în fitness					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.012	Anul	II	Semes- trul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	10	30	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Tehnologii recreative în fitness</i> conține materiale didactice privind bazele teoretice și metodologia desfășurării lecțiilor de cultură fizică recreativă de fortificare a lecțiilor de fitness. Tematica prelegerilor este dedicată formării masteranzilor universităților de educație fizică și sport, a cunoștințelor și competențelor profesionale ale antrenorului de fitness, fiind elaborată în baza programei ce corespunde standardului de stat, aprobat de Ministerul Educației al Republicii Moldova.</p> <p>Cursul actual dezvoltă conținutul de bază al culturii fizice recreative de fortificare, care include teoria antrenamentului de fortificare, metodologia cercetării și controlului în sistemul fitness-lecțiilor, metodică și desfășurarea antrenamentelor recreative de fortificare cu contingent diferit al practicanților, problemele modului sănătos de viață. În cadrul lecțiilor sunt prezentate și caracterizate probele de fitness aerobice și de forță. Sunt expuse particularitățile psihologo-pedagogice ale activității profesionale și ale personalității specialistului de fitness.</p> <p>În legătura cu cele expuse mai sus, predarea cursului de masterat <i>Tehnologii recreative în fitness</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">Formarea competențelor cu privire la legăturile fundamentale ale culturii fizice recreative, ce se referă la activitatea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului.Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul de fitness-antrenament sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei pedagogice și tehnicii instructive.Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de fitness-antrenament.						

	<p>Pregătirea profesional-pedagogică a masteranzilor în cadrul studiului post universitar se presupune atât în timpul orelor de curs, cât și prin lucrul individual. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiective de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aprofundarea cunoștințelor referitoare la teoria și metodică fitness-ului general, fitness-aerobicii, fitness-ului de forță; - lărgirea cunoștințelor medico-biologice ținând cont de particularitățile de vârstă a practicanților, posibilitățile anatomo-fiziologice ale organismului lor pentru executarea diferitor tipuri de exerciții cu contul volumului și intensității încărcării; - prelungirea procesului de formare a priceperilor și deprinderilor de elaborare a fitness-programelor în conformitate cu vârsta, sexul și pregătirea fizică practicanților; - perfecționarea priceperilor pedagogice de a organiza și a desfășura fitness-antrenamente cu un contingent diferit: copii, adolescenți, femeii, oamenii în vârstă; - consolidarea deprinderilor profesional-pedagogice ce țin de sistemul lucrului independent; - dezvoltarea capacităților intelectuale, gândirii logice, independenței și creativității; - utilizarea diverselor tehnici de instruire în lucrul pedagogic ș.a. <p>Programa cursului actual o constituie trei teme, ce cuprind compartimente de bază ale științei teoriei și metodicii a culturii fizice recreative cu orientarea la activitatea profesională a fitness-antrenorului.</p> <p>Procesul instructiv-educativ al cursului se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, seminarelor, lecțiilor de laborator, unde este prevăzută activitatea metodică-instructivă cu direcția spre studierea literaturii recomandate a problemelor temelor prezentate, precum și lucrul individual, a temelor ce n-au intrat în materia didactică a lecțiilor teoretice și seminarelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea cunoștințelor despre esența diferitor probe de fitness pentru organismul uman. • Clasificarea și caracteristicile diferitelor tipuri de fitness lecții. • Organizația activităților de fitness pe baza cunoștințelor dobândite. • Formarea trăsăturilor de personalitate semnificative din punct de vedere profesional. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea sistemului de categorii și metode necesare pentru rezolvarea sarcinilor tipice în diferite domenii ale activității profesionale; - stăpânirea de noi metode de cercetare, schimbarea profilului științific și a profilului științific și practic al activităților profesionale; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de a desfășura independent cercetarea psihofizică în conformitate cu standardele etice și etice, procesarea și analiza datelor obținute, inclusiv utilizarea tehnologiilor informaționale, interpretează rezultatele cercetării; - pregătirea pentru formularea de sarcini profesionale inovatoare în domeniul cercetării și activităților practice; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să înțeleagă însemnătatea culturii fizice recreative în viața umană contemporană; - să cunoască particularitățile anatomo-fiziologice activității musculare: tipuri și structura mușchilor, masa musculară, coordonarea inter și întramusculară;

	<ul style="list-style-type: none"> – să cunoască fazele și conținutul procesului al treningului personal; – să cunoască principiile fitness-antrenamentului; – să cunoască formele organizării fitness antrenamentului de aerobică și de forță în sistemul culturii fizice recreative. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> – să poată elabora programe pentru diferite categorii de fitness practicanți; – să poată selecționa celor mai eficiente mijloace și metode pentru desfășurarea fitness antrenamentelor; – să folosească concepte și categorii speciale de fitness în planificarea activităților de fitness. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> – să aplice abilitățile de autoorganizare a lecțiilor de fitness antrenament folosind diferite mijloace și metode; – să aplice abilități de autointerpretare a rezultatelor de antrenament și, pe baza acestora, planificarea unor activități fizice eficiente; – să aplice metodele de utilizare a cunoștințelor dobândite în practica activităților lor profesionale; – să utilizeze inovațiile în fitness-ul de reabilitare. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Bazele tehnologice fitness-ului/culturii fizice recreative	44	4	2	8	30
	2.	Bazele tehnologice fitness-aerobicii	76	10	4	12	50
	3.	Bazele tehnologice fitness-ului de forță	60	6	4	10	40
Total	180	20	10	30	120		
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>La momentul actual există o nevoie în față de creștere numărului de specialiști calificați în domeniul biologiei, psihologiei, igienei, metodicii de educație fizică, ce dețin un întreg arsenal al abilităților de organizare și conducere a activităților de cultură fizică de fortificare cu contingentul diferit. În soluționarea acestei probleme cel mai important aspect este nevoia unei persoane care să fie specialist-profesionist în domeniul culturii fizice de fortificare, cu alte cuvinte, în fitness.</p> <p>Specialistul în fitness trebuie să fie pregătit multilateral pregătit pentru activitatea profesional-pedagogică creativă, cu lucrul de cultură fizică de fortificare, munca de agitație și propagandistică cu contingent diferit al practicanților, trebuie să posede cunoștințe de bază ale științelor sociale, umane, psihologice și pedagogice, biologice și medicale. Adică, activitățile profesionale ale specialistului în domeniul culturii fizice de fortificare este atingerea și menținerea unui nivel înalt de condiție fizică a reprezentanților de diferite grupuri sociale și categorii de vârstă prin organizarea și efectuarea unei serii de măsuri cuprinzătoare pentru promovarea unui mod sănătos de viață.</p> <p>Disciplina <i>Tehnologii recreative în fitness</i> reprezintă un material de prelegeri orientat spre direcția culturii fizice recreative de fortificare – fitness-ului general, unde sunt expuse bazele teoretice și metodice. Conținutul prelegerilor presupune formarea la masteranzii din instituțiile de învățământ superior în domeniul culturii fizice și sportului, a cunoștințelor și aptitudinilor profesionale necesare antrenorului/instructorului de fitness. În curs este descris conținutul de bază al temelor <i>Teoria și metodologia fitness-ului</i>, <i>Teoria și metodică fitness aerobicicii</i>, <i>Teoria și metodică fitness-ului de forță</i> în conformitate cu structura disciplinelor planului de învățământ pentru pregătirea specialistului de fitness/culturii fizice recreative de fortificare.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire al cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, demonstrarea, modelarea,</p>						

	problematizarea, jocurile didactice, practica instructivă.	
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica <i>evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală</i>.</p> <p><i>Evaluarea prealabilă</i> se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor practico-metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin lucrarea de control.</p> <p><i>Evaluarea operativă</i> stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice și priceperilor practice în forma orală și de proiectare a sarcinilor practice.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară pentru determinarea dinamicii procesului didactic, stimularea procesului de instruire din partea masterandului, contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocurile didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și pe grupe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în forma de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Aftimiciuc O. <i>Materialul practic la disciplina „Educația ritmico-muzicală”</i> pentru facultățile de educație fizică și sport: Elaborări metodice. Chișinău: INEFS, 2001. 22 p. Aftimiciuc O. <i>Materialul practic pentru disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”</i>: Elaborări metodice. Chișinău: INEFS, 2002. 26 p. Aftimiciuc O., Chirazi M. <i>Fitness: teoria și metodică</i>: [material didactic]. Iași: PIM, 2012. 156 p. Aftimiciuc O., Jurat V. <i>Aerobica. Teorie și metodică</i>: [Manual]; Univ. Ed. Fiz. și Sport. K.: "Valinex" SRL, 2016. 298 p Aftimiciuc O., Aftimiciuc V. <i>Teoria și metodologia fitness-ului (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare)</i>: [Manual]; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. Aftimiciuc O., Prodan D., Dorgan V. <i>Fitness-ul de forță</i>: Manual; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex, 2019. 464 p. Cavagna G.A., Dusman B., Margaria R. <i>Positive work done by a previously stretched muscle</i>. In: Journal of Applied Physiology, 1968, 24 (1): 21-32. Donche Dan. <i>FF Trainer Certification Guide</i>. USA: Fatal Fitness, 2008. Dougall R.Mc. <i>The Relation of Auditory Rhythm to Nervous Discharge</i>. In: Psychol. Rew, 1902, Nr. 9. Faur M.-L., Aftimiciuc O., Danail S. <i>Ritmul activității motrice în sistemul pregătirii profesionale pedagogice a profesorului de educație fizică</i>: Monografia. Chișinău: Valinex, 2014. 151 p. Gambetta V. <i>Principles of plyometric training</i>. In: Track Technique. USA: Fall, 1987, p. 3099-3104. Gönczi-Raicu M., Aftimiciuc O., Danail S. <i>Competențe de coordonare complexă în cadrul activității didactice integrative a profesorilor de educație fizică</i>: Monografia. Chișinău: Valinex, 2014. 160 p. Hasband R.W. <i>The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway</i>. In: Journal of General Psychological, 1934, Nr.11. Hakkinen K. <i>Neuromuscular and hormonal adaptations during strength and power training</i>. In: Sports Medicine and Physical Fitness, 1989, V.29, N1, March, 	

Italy, p.9-26.

14.Hoste G. *Rope skipping. Game, amusement, health*. In: CESS Bulletin, 1997, n.6, april, p. 2.

15.Kretschmer E. *Körperbau und Charakter*. Berlin: 1 Aufl., 1921; 24 Aufl., 1961.

16.Martin D., Carl K., Lehnertz K. *Hundbuch Trainingslehre*. Schorndorf: Hoffman, 1991, s. 240-290.

17.Sheldon W.H., Stevens S.S. *The Varieties of Temperament: Psychology of constitutional differences*. N.-Y.London, 1942. 600 p.

18.Shephard R.J. *Canadian Association of Sport Sciences. Frontiers of fitness*. Springfield: C.C. Thomas, 1971. 395 p.

19.Strelau J. *The general and partial nervous system types – data and theory*. In: V.D. Nebylitsyn and J.A. Gray (eds): *Biological Bases of Individual Behavior*. Academic Press, 1972, p. 62-73.

20.Şiclovan I. *Teoria educaţiei fizice şi sportului*. Bucureşti: Sport-Turism, 1979. 260 p.

21.Абалаков В.М. *Новая аппаратура для изучения спортивной техники*. М.: Физкультура и спорт, 1960. 40 с.

22.Агаджанян Н.А., Торшин В.И., Власова В.М. *Основы физиологии человека: Учеб. для ст-тов вузов, обуч. по мед. и биол. спец-тям*. 2-е изд., испр. М.: РУДН, 2001. 408 с.

23.Амосов Н.М., Бендет Я.А. *Физическая активность и сердце*. К.: Здоров'я, 1984. 230 с.

24.Амосов Н.М., Муравов И.В. *Сердце и физические упражнения*. 2-е изд., переаб. и доп. К.: Здоров'я, 1985. 80 с.

25.Аулик И.В. *Определение физической работоспособности в клинике и спорте*. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Медицина, 1990. 192 с.

26.Афтимичук О.Е. *Теория и методика фитнеса (Теория и методика рекреативно-оздоровительной физической культуры): Курс лекций для спец. „Рекреативная физическая культура”*; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. Ch.: „Valinex” SA, 2009. 260 p.

27.Афтимичук О.Е. *Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие]*; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.: „Valinex” SRL, 2011. 310 p.

28.Афтимичук О.Е. *Теория и методика силового фитнеса: Учебник*; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. Кишинэу: Valinex, 2018. 480 p.

29.Бабский Е.Б., Косицкий Г.И., Ходоров Б.И. и др. *Физиология человека: Учебник / Под ред. Г.И. Косицкого*. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Медицина, 1985. 544 с.

30.Байбак М. *Систематизация специальных подготовительных упражнений, применяемых при совершенствовании техники отталкиваний в тройном прыжке с разбега: Автореф. канд. дис. М.*, 1988. 21 с.

31.Бельский И.В. *Системы эффективной тренировки: Армрестлинг. Бодибилдинг. Бенчпресс. Пауэрлифтинг*. Мн.: ООО „Вида-Н”, 2002. 352 с.

32.*Биохимия: Учеб. для ин-тов физ. культ.* / Под ред. В.В. Меньшикова, Н.И. Волкова. М.: Физкультура и спорт, 1986. 384 с.

33.Бомпа Т., Буцичелли К.А. *Периодизация спортивной тренировки [Текст]; [пер. с англ. М. Прокопьевой]*. 3-е изд. М.: Спорт, 2016. 383 с.

34.Булатова М.М., Линец М.М., Платонов В.Н. *Развитие физических качеств*. В кн.: *Общие основы теории и методики физического воспитания*. Том 1. К.: Олимпийская литература, 2003, с. 189-322.

35.Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. *Гигиена физического воспитания и спорта*. М.: Академия, 2005. 240 с.

36.Вейдер Д. *Система строительства тела*. М.: Физкультура и спорт, 1992. 112 с.

37.Верхошанский Ю.В. *Основы специальной физической подготовки*

- спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с.
- 38.Верхошанский Ю.В. *Основы специальной силовой подготовки в спорте*. 3-е изд. М.: Советский спорт, 2013. 216 с.
- 39.Виру А.А., Юримяз Т.А., Смирнова Т.А. *Аэробные упражнения* [Текст]: монография. М.: Физкультура и спорт, 1988. 142 с.
- 40.Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. *Биохимия мышечной деятельности*. К.: Олимпийская литература, 2000. 503 с.
- 41.Воробьев А.Н. *Тяжелая атлетический спорт. Очерки по физиологии и спортивной тренировке*. 2-е изд. М.: Физкультура и спорт, 1977. 255 с.
- 42.*Гигиена физической культуры и спорта: учебник* / Под ред. В.А. Маргазина, О.Н. Семеновой, Е.Е. Ачкасова. 2-е изд., доп. СПб.: СпецЛит, 2013. 255 с.
- 43.Гуревич И.А. *Круговая тренировка при развитии физических качеств*. [Текст]. Мн.: Высшая школа, 1985. 256 с.
- 44.Гуськов С.И., Дегтярева Е.И. *Новые виды физической активности женщин – влияние времени*. В: Теория и практика физ. культуры, 1998, № 2, с. 52-62.
- 45.Дубровский В.И. *Спортивная физиология: Учебник для средних и высших учебных заведений по физической культуре*. М.: Владос, 2005. 462 с.
- 46.Дубровский В.И., Федорова В.Н. *Биомеханика: Учебник для ст-тов средних и высших учеб. заведений по физ. культуре*. 3-е изд. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2008. 669 с.
- 47.Зациорский В.М. *Физические качества спортсмена: Основы теории и методики*. 3-е изд. М.: Советский спорт, 2009. 200 с.
- 48.Зинкевич Д.А. *Атлетическая гимнастика: Учеб. пособие*. Челябинск: УралГУФК, 2008. 120 с.
- 49.Иваницкий М.Ф. *Анатомия человека*. М.: Олимпия, 2008. 624 с.
- 50.Иващенко Л.Я., Благий А.Л. *Физическое воспитание взрослого населения*. В: Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. В 2-х т. К.: Олимпийская литература, 2003, Т. 2, с. 201-251.
- 51.Коваленко В.С., Гуревский Н.Н. *Гипокинезия*. М.: Медицина, 1980. 380 с.
- 52.Крестовников А.Н. *Очерки по физиологии физических упражнений*. М.: Физкультура и спорт, 1951. 531 с.
- 53.Курьсь В.Н. *Основы силовой подготовки юношей*. М.: Советский спорт, 2004. 264 с.
- 54.Лапутин А.Н. *Атлетическая гимнастика*. К.: Здоровье, 1990. 176 с.
- 55.Макарова Г.А. *Спортивная медицина: Учебник*. 4-е изд., стереотип. М.: Советский спорт, 2009. 480 с.
- 56.Макадун М.В., Мазуренко С.А. *Атлетическая гимнастика для женщин*. В: Новое в жизни, науке, технике. Серия „Физкультура и спорт”. М.: Знание, 1990, № 4, с. 103-190.
- 57.Мартиросов Э.Г., Руднев С.Г., Николаев Д.В. *Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе: учеб. пособие*. М.: Физическая культура, 2009. 144 с.
- 58.Матвеев Л.П. *Основы спортивной тренировки: Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры*. М.: Физкультура и спорт, 1977. 271 с.
- 59.Матвеев Л.П. *Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов*. 4-е изд., испр. и доп. СПб.: Лань, 2005. 384 с.
- 60.Мякинченко Е.Б., Селуянов В.Н. *Оздоровительная тренировка*. М.: СпортАкадемПресс, 2001. 68 с.
- 61.Навакатилян А.О., Ковалева А.И. *Здоровье и работоспособность при умственном труде*. К.: Здоров'я, 1989. 88 с.
- 62.Оганджанов А.Л., Чесноков Н.Н. *Реактивная способность квалифицированных прыгунов тройным*. В: Теория и практика физической культуры, 2004, № 3, с. 34-37.
- 63.Озолин Н.Г. *Современная система спортивной тренировки*. М.:

Физкультура и спорт, 1970. 478 с.

64. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. *Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека*. К.: Здоров'я, 1986. 152 с.

65. Платонов В.Н. *Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение*. К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.

66. Подковырин В.Д. *Применение тренажерных устройств в силовой подготовке юных метателей*. В: Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация, 2016, Т. 1, №3, 39-43.

67. Селуянов В.Н. *Технология оздоровительной физической культуры*. М.: СпортАкадемПресс, 2001. 169 с.

68. Сеченов И.М. *Рефлексы головного мозга*. М.: Вира-М, 2009. 441 с.

69. *Силовая подготовка для женщин* / Сост. И.В. Ноженкина, Е.Н. Кондрашкин. Ульяновск: УЛГТУ, 2001. 44 с.

70. Симмонс Л. *Тренировочные методы Вестсайд Барбелл*. Колумбус: Action Printing, 2008. 244 с.

71. Смирнов В.М., Дубровский В.И. *Физиология физического воспитания и спорта*: Учеб. для ст-тов сред. и высш. учебных заведений. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. 608 с.

72. Смирнов Д. *Фитнес для умных*. 2-е изд. М.: Эксмо. 2011. 464 с.

73. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. *Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная*: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Олимпия Пресс, 2005. 528 с.

74. *Спортивная медицина* [Текст]: учеб. для ин-тов физ. культуры / Под ред. В.Л. Карпмана. 2-е изд., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1987. 304 с.

75. Стрельникова А.Н. *Парадоксальная дыхательная гимнастика*. В: *Искусство быть здоровым*. 2-е изд., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1987, Ч. 2, с. 60-64.

76. *Теория и методика физического воспитания*: учеб. для студентов вузов: в 2 т. Т. 1: *Общие основы теории и методики физического воспитания* / под ред. Т.Ю. Круцевич. Киев: Олимпийская литература, 2003. 424 с.

77. *Теория и методика физической культуры*: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. 4-е изд., стереотип. М.: Советский спорт, 2010. 464 с.

78. Уайдер Джо. *Бодибилдинг: фундаментальный курс Джо Уайдера*. М.: Гранд-Фаир, 2011. 632 с.

79. Уилмор Дж.Х., Костил Д.Л. *Физиология спорта*: Пер. с англ. К.: Олимпийская литература, 2005. 504 с.

80. *Физиология мышечной деятельности*: Учебник для ин-тов физ. культуры / Под ред. Я.М. Коц. М.: Физкультура и спорт, 1982. 347 с.

81. Фурманов А.Г., Юспа М.Б. *Оздоровительная физическая культура*: Учеб. для ст-тов вузов. Мн.: Тесей, 2003. 528 с.

82. Хартманн Ю., Тюннеманн Х. *Современная силовая тренировка*. Берлин: Шпортферлаг, 1989. 335 с.

83. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. *Теория и методика физического воспитания и спорта*: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. 8-е изд., стер. М.: Издательский центр „Академия”, 2010. 480 с.

84. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. *Оздоровительный фитнес*: [пер. с англ.]. К.: Олимпийская литература, 2000. 368 с.

85. Хэтфилд Ф.К. *Всестороннее руководство по развитию силы*. Пер. с англ. Владивосток: Изд. „Восток”, 1996. 390 с.

86. Шахлина Л.Я.-Г. *Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин*. К.: Наукова думка, 2001. 327 с.

87. Шварцнеггер А. *Новая энциклопедия бодибилдинга*. М.: Эксмо, 2004. 824 с.

88. Шолих, М. *Круговая тренировка*: Пер. с нем. М.: Физкультура и спорт, 1966. 174 с.

89. Энока Р.М. *Основы кинезиологии*. К.: Олимпийская литература, 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Metodologia fitness-antrenamentului					
Titularul cursului		Șipilova Svetlana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.03.O.013	Anul	II	Semestru I	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	16	14	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Metodologia fitness-antrenamentului</i> reprezintă materialul de studiu sistem-de privire generală și practic la probele de fitness. În centrul întregii varietăți de metode de antrenament este metoda de execuție repetată. În funcție de sarcinile, mijloacele și condițiile externe, precum și de caracteristicile individuale ale studenților, soiurile principalei metode includ diversele sale replicări, natura implementării, nivelurile cantitative și calitative. Principalele metode de formare: uniformă, interval, variabilă, de tempo, la „eșec”, de control, în continuu, simultan, joc, integral. Scopul cursului <i>Metodologia fitness-antrenamentului</i> este perfecționarea cunoștințelor teoretice și priceperilor practice în cadrul specializării „Cultura fizică recreativă”, precum și căpătarea cunoștințelor și priceperilor de bază în diverse probe a fitness-ului.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ. Predarea cursului de masterat <i>Metodologia fitness-antrenamentului</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea ideilor științifice despre însemnătatea și necesitatea lecțiilor de fitness pentru diferite categoriile ale populației.2. Educarea calităților pedagogice, priceperilor de improvizare în elaborarea programelor și ideilor estetico-muzicale, contribuite pentru folosirea corectă acompaniamentului muzical.3. Însușirea deprinderilor stabile ale desfășurarea fitness-antrenamentului. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Metodologia fitness-antrenamentului</i>. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiectivele de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none">- perfecționarea cunoștințelor pe problemele fitness-ului general;						

	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea bazelor teoretice ale probelor de fitness; - elaborarea programelor pentru diferite probe de fitness; - studierea problemei activității de fortificare a fitnessului; - cunoașterea planificării antrenamentelor la probele de fitness; - elaborarea încărcăturii fizice în diferite programe de fitness; - cunoașterea principiilor antrenamentului recreativ în sistemul fitnessului; - elaborarea programelor fitness-treningului individuale, conform pregătirii fizice, stării sănătății și vârstei practicanților; - formarea potențialului creativ al fitness-antrenorului. <p>Programa cursului actual o constituie opt teme, care cuprind compartimente de bază ale teoriei și metodicii fitnessului și presupune studierea disciplinei în diverse direcții de antrenament de fortificare.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea ideilor științifice despre însemnătatea și necesitatea lecțiilor de fitness pentru diferite categoriile ale populației. • Perfecționarea calităților pedagogice, priceperilor de improvizare în elaborarea programelor și ideilor estetico-muzicale. • Însușirea deprinderilor profesionale specifice ale desfășurării fitness-antrenamentului. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea de noi cunoștințe despre scopurile și obiectivele antrenamentului de fitness, precum și mijloacele de realizare a acestora; - cunoștințe despre starea subiecților de interacțiune pedagogică în diferite stadii de rezolvare a obiectivelor pedagogice; - cunoașterea caracteristicilor psihologice ale celor ce fac fitness antrenament; - capacitatea de a extrage noi cunoștințe din studiul propriu al activității profesionale; - transformarea activității profesionale pe baza cunoașterii unor noi informații educaționale, metodice și științifice; - studiul tendințelor în dezvoltarea practicii a fitness antrenamentului; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - determinarea direcțiilor de corecție a funcționării sistemului de fitness; - abilitatea de a efectua diferite tipuri de planificare; - alegerea mijloacelor, formelor și metodelor de influență pedagogică în cadrul claselor de fitness; - posesia construcției compoziționale și verificarea experimentală ulterioară a procesului de formare în domeniul fitness; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale metodologiei fitness-antrenamentului, principalele sale probleme și obiective, componente ale fitness antrenamentului și realizarea lui din aspectul creativ; - să aibă o idee despre tehnologiile educaționale moderne, conținutul și orientarea metodologică a formării specialiștilor în domeniul culturii fizice; - să-și dezvolte capacitățile de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire; - să perceapă experiența pedagogică ca rezultat al auto-realizării potențialului creativ al antrenorului;

	<p>– să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>– să aplice metodele de determinare a nivelului de profesionalism al antrenorului;</p> <p>– să aplice abilitățile pedagogice formate;</p> <p>– să aplice o abordare creativă a activității profesionale;</p> <p>– să utilizeze inovațiile în desfășurarea fitness antrenamentului;</p> <p>– să dezvolte capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ.</p>						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Bazele metodologice ale culturii fizice	20	4	2		14
	2.	Metodologia culturii fizice recreative	20	4	2		14
	3.	Influența pedagogică asupra celor ce practică cultura fizică recreativă.	15	2	1		12
	4.	Principiile metodice a lecțiilor cu direcția fortificator de dezvoltare	13	2	1		10
	5.	Bazele metodice ale alcătuirii lecțiilor de fortificare	22	4	2	2	14
	6.	Sisteme și metode culturii fizice recreative	24	4	2	2	16
	7.	Particularitățile metodicii de desfășurare a lecțiilor recreative cu copii și persoane de vârstă tânără	28	4	2	4	18
	8.	Particularitățile metodicii de desfășurare a lecțiilor recreative cu persoane de vârstă matură, de vârstă înaintată și cu femei gravide	28	6	4	6	22
	Total		180	30	16	14	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Tehnologiile acmeologice vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază acmeologică.</p> <p>Dispune de tehnologii metodologice datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, elaborarea, proiectarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă,</p>						

	<p>operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea preventivă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p>Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p>Evaluarea totală se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O. <i>Bazele pedagogice ale activității profesionale a profesorului de educație fizică</i>. Programa (Pentru Masterat). Chișinău: INEFS, 2003. 30 p. 2. Aftimiciuc O., Gönçzi-Raicu M. <i>Conținutul cunoștințelor necesare al studenților pentru realizarea activității didactice integrative</i>. În: A dualității și perspective în educația fizică și sportivă de performanță: Conf. internaț. de comun. și refer. științ. Galați: Univ. „Dunărea de Jos” Galați, 2003, p. 65-68. 3. Aftimiciuc O. <i>Analiza pregătirii profesorilor de educație fizică pentru activitatea profesional-pedagogică în cadrul priceperilor kinestezice</i>. În: <i>Gymnasium: Revistă de Educație Fizică și Sport</i>. Bacău: FEFS, Univ. din Bacău, 2004, Nr. 6, p. 76-77. 4. Aftimiciuc O., Chirazi M. <i>Fitness: teoria și metodică</i>: [material didactic]. Iași: PIM, 2012. 156 p. 5. Aftimiciuc O., Jurat V. <i>Aerobica. Teorie și metodică</i>: [Manual]. K.: "Valinex" SRL, 2016. 298 p. 6. Aftimiciuc O., Aftimiciuc V. <i>Teoria și metodologia fitness-ului (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare)</i>: [Manual]. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. 7. Aftimiciuc O., Prodan D., Dorgan V. <i>Fitness-ul de forță</i>: Manual; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex, 2019. 464 p. 8. Амосов, Н.М., Бендет, Я.А. <i>Физическая активность и сердце</i>. К.: Здоров'я, 1984. 230с. 9. Амосов, Н.М., Муравов, И.В. <i>Сердце и физические упражнения</i>. 2-е изд., перераб. и доп. К.: Здоров'я, 1985. 80 с. 10. Андерсон, Б., Андерсон, Дж. <i>Растяжка для поддержания гибкости мышц и суставов</i>. Минск: Попурри, 2007. 224 с. 11. <i>Аэробика. Теория и методика проведения занятий</i> / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. М.: Спорт Академия ПРЕСС, 2002. 304 с. 12. Аулик, И.В. <i>Определение физической работоспособности в клинике и спорте</i>. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Медицина, 1990. 192 с. 13. Афтимичук, О.Е. <i>Курс лекций к дисциплине „Теория и методика Фитнесса (Оздоровительная физическая культура)” для специализации „Фитнесс, менеджер массового спорта” / Нац. ин-т физ. воспитания и спорта, Кафедра гимнастики. Ch.: Valinex, 2006, Ч. 1. 208 p.</i> 14. Афтимичук, О.Е. <i>Теория и методика аэробики для специальности „Рекреативная физическая культура”</i>: Курс лекций; Univ. de Stat de Educație 	

Fizică și Sport. Ch.: "Valinex" SA, 2008, Ч. 2-я. 296 p.

15. Афтимичук, О.Е. *Теория и методика силового фитнеса: Учебник*; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Кишинэу: Valinex, 2018. 480 с.

16. Бальсевич, В.К., Запорожанов, В.А. *Физическая активность человека*. К.: Здоров'я, 1987. 224 с.

17. Бальсевич, В.К., Лубышева, Л.И. *Физическая культура: молодежь и современность*. В: Теория и практика физической культуры, 1995, № 4.

18. Бельский, И.В. *Системы эффективной тренировки: Армрестлинг. Бодибилдинг. Бенчпресс. Пауэрлифтинг*. Мн.: ООО „Вида-Н”, 2002. 352 с.

19. Бендолл, Дж. *Мышцы, молекулы и движение*. Очерк по мышечному сокращению: пер. с англ. М.: Мир, 1970. 256 с.

20. Булатова, М.М., Линец, М.М., Платонов, В.Н. *Развитие физических качеств*. В кн.: Общие основы теории и методики физического воспитания. Том 1. К.: Олимпийская литература, 2003, с. 189-322.

21. Верхошанский, Ю. В. *Основы специальной силовой подготовки в спорте*. М.: Физкультура и спорт, 1977. 215 с.

22. Верхошанский, Ю.В. *Основы специальной физической подготовки спортсменов*. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с.

23. Верхошанский, Ю.В. *Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки*. В: Теор. и практ. физ. культ, 1998, № 7, с. 41-54.

24. Верхошанский, Ю.В., Новиков, П.С. *Общие и специальные принципы тренировки в атлетической гимнастике*. Лекции для студентов и слушателей факультета повышения квалификации ГЦОЛИФКа. М., 1991.

25. Волжин, А.И., Субботин, Ю.К. *Адаптация и компенсация – универсальный биологический механизм приспособления*. М., 1987.

26. Григоренко, В.Г., Сермеев, Б.В. *Теория и методика физического воспитания инвалидов*. Одесса, 1991, Ч. 1-2.

27. Евсеев, С.П., Шапкова, Л.В. *Адаптивная физическая культура: Учеб. пособие*. М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.

28. Зациорский, В.М. *Физические качества спортсмена. (Основы теории и методики)*. 2-е изд. М.: Физкультура и спорт, 1970. 200 с.

29. Иващенко, Л.Я., Благий, А.Л. *Физическое воспитание взрослого населения*. В: Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т. Ю. Круцевич. В 2-х т. Киев: Олимпийская литература, 2003, Т. 2, с. 201-251.

30. Ильин, Е.П. *Психомоторная организация человека: Учебник для вузов*. СПб.: Питер, 2003. 384 с.

31. Крючек, Е.С. *Аэробика: Содержание и методика оздоровительных занятий*. М.: Терра Спорт, Олимпия ПРЕСС, 2002. 64 с.

32. Кулагина, И.Ю. *Возрастная психология: Учеб. пособие*. 3-е изд. М.: УРАО, 1997.

33. Лубышев, М.А., Менхин, А.В. *Атлетическая гимнастика – оздоровительный и массовый вид гимнастики: Метод. разраб.* М.: РГАФК, 1996. 67 с.

34. Матвеев, Л.М. *Теория и методика физической культуры*. М.: Физкультура и спорт, 1991. 420 с.

35. Менхин, Ю.В., Менхин, А.В. *Оздоровительная гимнастика: теория и методика*. Ростов н/Дону: Феникс, 2002. 384 с.

36. Озолин, Н.Г. *Современная система спортивной тренировки*. М.: Физкультура и спорт, 1970. 478 с.

37. Селуянов, В.Н. *Технология оздоровительной физической культуры*. М.: СпортАкадемПресс, 2001. 169 с.

38. Тхоревский, В.И., Калашников, Д.Г. (сост.) *Теория и методика фитнес-тренировки: Учебник персонального тренера / Под ред. Д.Г. Калашников: Ассоциация Профессионалов Фитнеса® (FPA®)*. М.: Издательство 000 „Франтэра”, 2003. 181 с.

39. Френсис, Л. *Методика проведения оздоровительной аэробики*. М.: Национальная школа аэробики, 1992.

- | | |
|--|---|
| | <p>40. Хоули, Э.Т., Френкс, Б.Д. <i>Оздоровительный фитнес</i> / Пер. с англ. А. Ященко. Киев: Олімпійська література, 2000. 368 с.</p> <p>41. Чудная, Р.В. <i>Адаптивное физическое воспитание</i>. В: Теория и методика физического воспитания. В 2-х т. / Под ред. Т.Ю. Круцевич. Киев: Олимпийская литература, 2003, Т. 2, с. 252-341.</p> <p>42. Шолих, М. <i>Круговая тренировка</i>: Пер. с нем. М.: Физкультура и спорт, 1966. 174 с.</p> <p>43. Уайдер, Джо. <i>Система строительства тела</i>. М.: Физкультура и спорт, 1992. 112 с.</p> <p>44. Уайдер, Джо. <i>Бодибилдинг: фундаментальный курс Джо Уайдера</i>. М.: Гранд-Фаир, 2011. 632 с.</p> |
|--|---|



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Managementul fitness-clubului					
Titularul cursului		Craijdan Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.O.014	Anul	II	Semestru I	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	24	6	120	
Nota de prezentare	<p><i>Managementul fitness-clubului</i> este disciplina de studiu universitar, face parte din ciclul profesional de formare de bază. Importanța ei se datorează cunoștințelor fundamentale obținute în procesul de mastering, ca abilitatea de a stăpâni în mod adecvat metodele de organizare și de conducere ca disciplină de a organiza diferite căi și forme de interacțiuni productive și de învățământ holistic superior în domeniul culturii fizice.</p> <p>Această disciplină academică se bazează pe cunoștințele de intrare, abilitățile și competențele masteranzilor, obținute de ei în procesul de mastering o serie de discipline generale educaționale și profesionale generale: <i>Management, Marketing, Economie, Psihologia socială, Sociologia</i>. Disciplina actuală reprezintă cunoștințele despre nivelurile de bază și forme ale organizării și conducerii clubului de fitness, participanții principali în industria de fitness, principiile generale și serviciile de finansare a cluburilor de fitness ș.a.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">Formarea cunoștințelor cu privire la legitățile fundamentale ale activităților manageriale, care se referă la pregătirea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului.Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul managerial sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii manageriale.Însușirea priceperilor profesionale manageriale orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea cercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Managementul fitness-clubului</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante</p>						

	<p>autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. În legătura cu aceasta programa presupune și obiective de referință:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza fitness-activității din poziția managerială; - însușirea calităților manageriale a personalității antrenorului-managerului de fitness; - studierea particularităților activității profesionale a antrenorului-managerului de fitness; - formarea procesului de autoperfecționare a antrenorului-managerului de fitness; - cercetarea procesului managerial în sistemul fitness-ului; - însușirea tehnologiei a activității manageriale eficiente în clubul de fitness oferind servicii de fitness de înaltă calitate; - formarea potențialului creativ al antrenorului-managerului de fitness; - educarea culturii profesionale al antrenorului-managerului de fitness. <p>Programa cursului specializat o constituie zece teme, care cuprind compartimente de bază ale științei manageriale cu orientarea la activitatea profesională a antrenorului-managerului de fitness.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea cunoștințelor teoretice despre activitatea cluburilor de fitness în stadiul actual de dezvoltare socio-economică. 2. Mastering practici eficiente de management într-un club de fitness pentru a oferi servicii de înaltă calitate de fitness. 3. Formarea și dezvoltarea de competențe care să permită masteranzilor să participe în continuare la diferite programe și proiecte legate de implementarea managementului, analizei informațional-analitic, de cercetare, de diagnosticare, inovație, consultanță și educație în domeniul fitness industriei. 4. Formarea poziției individuale și colective (corporative) și responsabilitatea pentru acțiunile desfășurate în cadrul activităților profesionale ale viitorilor maeștri de conducere care participă la proiecte de afaceri în domeniul fitness industriei. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea fundamentele teoriei managementului și conducerii de proiect; • înțelegerea definirii fitness-ului ca o ramură a management-ului și business-ului; • analiza produsului industriei „cultura fizică și sport”; • organizarea și desfășurarea gestionarea comunicațiilor în clubul de fitness; • cunoașterea resurselor de munca „Cultura fizică și sport”; • sistematizarea structura și conținutul serviciilor de fitness; • planificarea afacerii, ca parte a clubului de fitness; • cunoașterea bazelor organizatorice, financiare, juridice, economice ale unui management al cluburilor de fitness; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dezvoltarea structurilor de conducere; • determinarea funcțiilor și competențelor angajaților și departamentelor, serviciilor și departamentelor din clubul de fitness; • formează relații organizatorice interne eficiente: monitorizează implementarea deciziilor manageriale; • sistematizarea și generalizarea mijloacelor fixe ale fitness clubului și utilizarea lor eficientă; • posedarea abilităților de dezvoltare a unui plan de afaceri. • analiza și evaluarea eficacității a managementului clubului de fitness; • utilizarea metodelor de corectare a procesului de management în clubul de fitness. <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; • formarea procesului autoeducării;

	<ul style="list-style-type: none"> • posedarea culturii profesionale; • înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; • exprimarea potențialului creativ. <p>c) <i>afective</i>. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; • formarea procesului autoeducării; • posedarea culturii profesionale; • înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; • exprimarea potențialului creativ. 																																																																																									
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> – să cunoască conceptele cheie ale managementului ca științei, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine creativă; – să aibă o idee despre relațiile manageriale în domeniul de fitness și orientarea lor la formarea specialistului în domeniul culturii fizice; – să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului creativ. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> – să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire; – să percepe experiența managerială ca rezultat al autorealizării potențialului creativ al managerului; – să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> – să utilizeze metodele de determinare a nivelului de profesionalism al fitness managerului; – să aplice abilitățile sale manageriale; – să aplice abordarea creativă a activității profesionale; – să utilizeze inovațiile; – să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ. 																																																																																									
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Nr. d/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>Seminare</th> <th>L/P</th> <th>L/I</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Locul și rolul de gestionare a personalului din sistemul de management al organizației</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td></td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Comportamentul uman în cadrul organizațiilor</td> <td>22</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Tipologia temperament și caracter</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td></td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>Teoria trăsăturilor de personalitate</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td></td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>5.</td> <td>Stilul de management în cluburi de fitness și alte organizații sportive</td> <td>22</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>6.</td> <td>Climatul socio-psihologic și conflicte în echipă</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td></td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>7.</td> <td>Business Communication</td> <td>22</td> <td>4</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>8.</td> <td>Planificarea forței de muncă în cadrul organizației. Organizarea lucrului cu personalul</td> <td>22</td> <td>4</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>9.</td> <td>Remunerarea și stimularea</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td></td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>10.</td> <td>Evaluarea și adaptarea personalului. Cariera de afaceri</td> <td>22</td> <td>4</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>180</td> <td>30</td> <td>24</td> <td>6</td> <td>120</td> </tr> </tbody> </table>	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore					Total	Curs	Seminare	L/P	L/I	1.	Locul și rolul de gestionare a personalului din sistemul de management al organizației	14	2	2		10	2.	Comportamentul uman în cadrul organizațiilor	22	4	4		14	3.	Tipologia temperament și caracter	14	2	2		10	4.	Teoria trăsăturilor de personalitate	14	2	2		10	5.	Stilul de management în cluburi de fitness și alte organizații sportive	22	4	4		14	6.	Climatul socio-psihologic și conflicte în echipă	14	2	2		10	7.	Business Communication	22	4	2	2	14	8.	Planificarea forței de muncă în cadrul organizației. Organizarea lucrului cu personalul	22	4	2	2	14	9.	Remunerarea și stimularea	14	2	2		10	10.	Evaluarea și adaptarea personalului. Cariera de afaceri	22	4	2	2	14	Total		180	30	24	6	120
	Nr. d/o			Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore																																																																																					
		Total	Curs		Seminare	L/P	L/I																																																																																			
	1.	Locul și rolul de gestionare a personalului din sistemul de management al organizației	14	2	2		10																																																																																			
	2.	Comportamentul uman în cadrul organizațiilor	22	4	4		14																																																																																			
	3.	Tipologia temperament și caracter	14	2	2		10																																																																																			
	4.	Teoria trăsăturilor de personalitate	14	2	2		10																																																																																			
	5.	Stilul de management în cluburi de fitness și alte organizații sportive	22	4	4		14																																																																																			
	6.	Climatul socio-psihologic și conflicte în echipă	14	2	2		10																																																																																			
	7.	Business Communication	22	4	2	2	14																																																																																			
	8.	Planificarea forței de muncă în cadrul organizației. Organizarea lucrului cu personalul	22	4	2	2	14																																																																																			
9.	Remunerarea și stimularea	14	2	2		10																																																																																				
10.	Evaluarea și adaptarea personalului. Cariera de afaceri	22	4	2	2	14																																																																																				
Total		180	30	24	6	120																																																																																				
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Disciplina <i>Managementul fitness-clubului</i> vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților manageriale ale masterandului. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază managerială.																																																																																									

	<p>Dispune de tehnologii manageriale datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor/managerilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesionale manageriale. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p><i>Evaluarea preventivă</i> se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului economic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p><i>Evaluarea operativă</i> stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor manageriale.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupună elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Abrudan M.M., Deaconu Al., Lukacs E. <i>Echitate și discriminare în managementul resurselor umane</i>. București: ASE, 2010. 2. Dimitriu R. <i>Conflictele de muncă și soluționarea lor</i>. București: Tribuna economică, 2006. 3. Grigoruță M.V. <i>Conflict și putere în management</i>. Iași: Sedom Libris, 2001. 4. Neagu N. <i>Relațiile de muncă în Uniunea Europeană</i>. București: Bren, 2008. 5. Nica P. <i>Managementul performanțelor resurselor umane: analiza, proiectarea și evaluarea posturilor</i>. Iași: Sedcom Libris, 2010. 6. Osoian C. <i>Piața forței de muncă: restructurare șomaj, ocupare</i>. Teorii, politici și propneri pentru România. Cluj Napoca: Accent, 2005. 7. Osoian C., Zaharie M. <i>Ocuparea forței de muncă cu studii superioare – ghid de orientare în carieră</i>. Cluj Napoca: Accen, 2012. 8. Petrescu I. <i>Managementul performanței</i>. Brașov: Lux Libris, 2002. 9. Pitaru D.H. <i>Managementul resurselor umane: evaluarea performanțelor profesionale</i>. București: All Beck, 2000. 10. Pitaru D.H. <i>Proiectarea fișelor de post, evaluarea posturilor de muncă și a personalului</i>. București: IRECSO, 2003. 11. Prodan A. <i>Managementul de succes</i>. Iași: Polirom, 1999. 12. <i>Конституция Республики Молдова</i>. (Monitorul Oficial Nr.001,12.08.94. 	

13. *Кодекс законов о труде Республики Молдова*. (Monitorul Oficial, Nr.5, 1993г.).
14. *Трудовой Кодекс Республики Молдова*. С поправкой, внесенной М.О. № 204-207 от 269.09.2003 г. Закон Республики Молдова N 154-XV от 28 марта 2003 года (Monitorul Oficial N 159-162 от 29 июля 2003 года).
15. *Гражданский Кодекс Республики Молдова*: Кишинёв: Изд-во Lexicon Universal, 2003.
16. *Закон о системе оплаты труда в бюджетной сфере*. (Monitorul Oficial Nr. 35-38 от 29 марта 2006 г.).
17. *Закон о физической культуре и спорте* № 330-XIV от 25 марта 1999 г.
18. *Об условиях оплаты труда работников бюджетной сферы на основе Единой тарифной сетки*. Постановление Правительства Республики Молдова N 381 от 13 апреля 2006. (Monitorul Oficial N 66-69 от 28 апреля 2006).
19. Виханский О.С., Наумов А.И. *Менеджмент: человек, стратегия, организация, процесс*: Учебник. М.: Изд-во ГУ, 1995.
20. Вудкок М., Фрэнсис Д. *Раскрепощенный менеджер*. Для руководителя-практика. М.: Дело, 1991.
21. Виханский О.С., Наумов А.И. *Менежмент*. Учебник. М.: Высшая школа, 1994.
22. Галкин В.В. *Экономика спорта и спортивный бизнес: учебное пособие* / В.В. Галкин. М: КНОРУС, 2006. 320 с.
23. Десслер Г. *Управление персоналом*: Пер. с англ. М.: Изд-во БИНОМ, 1997.
24. *Документы, делопроизводство*. Изд. 2-е перераб. и доп. М.: «Изд-во ПРИОР», 1998. 144 с.
25. Зайцев А.К. *Социальный конфликт на предприятии*. Калуга, 1993.
26. Иванцевич Д.М., Лобанов А.А. *Человеческие ресурсы управления: основы управления персоналом*. М.: Дело, 1993.
27. *Изменения в мотивации труда в новых условиях*. М.: НИИ труда, 1992.
28. Исаенко А.М. *Кадры управления в корпорациях США*. М.: Наука, 1988.
29. Кибанов А.Я., Захаров Д.К. *Организация управления персоналом на предприятии*. М.: ГАУ, 1994.
30. Коханов Е.Ф. *Отбор персонала и введение в должность*. М.: ГАУ, 1996.
31. Кузнецова А.Н. *Машинопись и делопроизводство*. 2-е изд. М.: ДОСААФ, 1987. 221 с., ил.
32. Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф. *Основы менеджмента* / Пер. с англ. М.: Прогресс, 1993.
33. Минько Э.В., Артамонова Н.В., Богородская Н.А. *Организация и управление коллективом: Учебное пособие*. Л.: ЛИАР, 1987.
34. *Основы управления персоналом*. Учебник / Под ред. Б.М. Генкина. М.: высшая школа 1996.
35. Панасюк А.Ю. *Управленческое общение: практические советы*. М.: Экономика, 1990.
36. Попов Г.Х. *Техника личной работы*. М.: Наука, 1971.
37. Переверзин И.И. *Искусство спортивного менеджмента*. М.: Советский спорт, 2005.
38. Переверзин И.И. *Менеджмент спортивной организации: Учебное пособие*. 3-е изд., перераб. и доп. М.: «Физкультура и спорт», 2006. 464 с.
39. Пронилов В.А., Ладанов И.Д. *Управление персоналом в Японии: Очерки*. М.: Наука, 1989.
40. Робер М.А., Тильман Ф. *Психология индивида и группы*. М.: Прогресс, 1988.
41. Самыгин С.И., Столяренко Л.Д. *Менеджмент персонала*. Ростов н/Д: Феникс, 1997.
42. Самыгин С.И., Столяренко Л.Д. *Психология управления*. Ростов н/Д: Феникс, 1997.

- | | |
|--|---|
| | <p>43. Сейранов С.Г. <i>Контрактирование в спорте: Учеб.-метод, пособие</i>. 2-е изд., перераб. и доп. М., 1994.</p> <p>44. Скотт Дж. <i>Конфликты: пути их преодоления</i>. Киев, Внешторгиздат, 1991.</p> <p>45. Старобинский Э.Е. <i>Как управлять персоналом</i>. М.: АО «Бизнес-школа», 1995.</p> <p>46. <i>Управление персоналом. Учебное пособие</i> / Под ред. Б.Ю. Сербиновского и С.И. Самыгина. М.: «Издательство Приор», 1999.</p> <p>47. <i>Управление организацией: Учебник</i> / Под ред. А.Г. Поршнева и др. М.: ИНФРА-М, 1999.</p> |
|--|---|



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Marketingul fitness-clubului					
Titularul cursului		Craijdan Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.015	Anul	II	Se me str ul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	22	8	120	
Nota de prezentare	<p><i>Marketingul fitness-clubului</i> este disciplina de studiu universitar, face parte din ciclul profesional de formare de bază. Importanța ei se datorează cunoștințelor fundamentale obținute în procesul de mastering, ca abilitatea de a stăpâni în mod adecvat metodele de organizare și de conducere ca disciplină de a organiza diferite căi și forme de interacțiuni productive și de învățământ holistic superior în domeniul culturii fizice.</p> <p>Această disciplină academică se bazează pe cunoștințele de intrare, abilitățile și competențele masteranzilor, obținute de ei în procesul de mastering o serie de discipline generale educaționale și profesionale generale: <i>Management, Economie, Psihologia socială, Sociologia</i>. Disciplina actuală reprezintă cunoștințele despre nivelurile de bază și forme ale organizării și conducerii clubului de fitness, participanții principali în industria de fitness, principiile generale și marketing serviciile a cluburilor de fitness ș.a. Domeniul de marketing activitate al fitness clubului este reprezentat de partidele și nivelurile de profesionalism al managerului, precum și de condițiile și tiparele de atingere a înălțimii maturității profesionale a personalității cadrelor ale fitness clubului.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea cunoștințelor cu privire la legitățile fundamentale ale activității de marketing, care se referă la pregătirea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul de marketing sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii de marketing.3. Însușirea marketing priceperilor profesionale orientate spre proiectarea,						

	<p>organizarea și modelarea cercetărilor științifice în domeniul activității profesionale în fitness.</p> <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Marketingul fitness-clubului</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. În legătura cu aceasta programa presupune și obiective de referință:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza fitness-activității din poziția marketingului; - însușirea marketing calităților a personalității antrenorului-managerului de fitness; - studierea particularităților activității profesionale a antrenorului-managerului de fitness; - formarea procesului de autoperfecționare a antrenorului-managerului de fitness; - cercetarea marketing procesului în sistemul fitness-ului; - însușirea tehnologiei a activității de marketing eficiente în clubul de fitness oferind servicii de fitness de înaltă calitate; - formarea potențialului creativ al antrenorului-managerului de fitness; - educarea culturii profesionale al antrenorului-managerului de fitness. <p>Programa cursului specializat o constituie zece teme, care cuprind compartimente de bază ale științei manageriale cu orientarea la activitatea profesională a antrenorului-managerului de fitness.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea cunoștințelor teoretice despre activitatea cluburilor de fitness în stadiul actual de marketing dezvoltare. 2. Mastering practici eficiente de marketing într-un club de fitness pentru a oferi servicii de înaltă calitate de fitness. 3. Formarea și dezvoltarea de competențe care să permită masteranzilor să participe în continuare la diferite programe și proiecte legate de implementarea marketingului, analizei informațional-analitic, de cercetare, de diagnosticare, inovație, consultanță și educație în domeniul fitness industriei. 4. Formarea poziției individuale și colective (corporative) și responsabilitatea pentru acțiunile desfășurate în cadrul activităților profesionale ale viitorilor maestri de marketing care participă la proiecte de afaceri în domeniul fitness industriei. <p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> • abilitatea de a participa la dezvoltarea unei strategii de marketing a organizațiilor, planifică și implementează activități care vizează implementarea acesteia; • cunoașterea sistemului modern de management al calității și a competitivității; • abilitatea de a analiza comportamentul consumatorilor de bunuri economice și formarea cererii; • cunoașterea fundamentalelor economice ale comportamentului organizațiilor, înțelegerea diferitelor structuri ale piețelor și abilitatea de a analiza mediul concurențial al industriei. • înțelegerea naturii și semnificația socială a profesiei lor viitoare, să manifeste un interes susținut în aceasta; • organizarea propriilor activități, stabilitatea metodelor și modalităților de îndeplinire a sarcinilor profesionale, evaluarea eficacității și calității acestora; • efectuarea căutării, analizei și evaluării informațiilor necesare pentru formularea și rezolvarea sarcinilor profesionale, a dezvoltării profesionale și personale; • lucrarea într-o colectiv și echipă, asigurarea ei coeziunii, comunicarea eficientă cu colegii, conducerea, consumatorii; • pregătirea către schimbarea tehnologiei în activitățile sale profesionale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale marketingului ca științei, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine creativă;

	<p>– să aibă o idee despre relațiile de marketing în domeniul de fitness și orientarea lor la formarea specialistului în domeniul culturii fizice;</p> <p>– să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului creativ.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>– să utilizeze în practică a metodelor de auto-îmbunătățire;</p> <p>– să percepe experiența de marketing ca rezultat al autorealizării potențialului creativ al managerului;</p> <p>– să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>– să utilizeze metodele de determinare a nivelului de profesionalism al marketologului;</p> <p>– să aplice abilitățile sale manageriale;</p> <p>– să aplice abordarea creativă a activității profesionale;</p> <p>– să utilizeze inovațiile;</p> <p>– să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine folosind potențialul creativ.</p>						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Natura și conținutul Marketing-ului	14	2	2		10
	2.	Sarcinile, tipurile și structura de cercetare a marketing-ului	14	2	2		10
	3.	Determinarea necesității informative în marketing și organizarea colectării sale	14	2	2		10
	4.	Evaluarea stării și tendințelor de piață	14	2	1	1	10
	5.	Formarea de oferta de produse	14	2	2		10
	6.	Publicitate. Concepte generale	14	2	2		10
	7.	Campania de publicitate	22	4	2	2	14
	8.	Prețurile și politica prețurilor	22	4	2	2	14
	9.	Strategia tarifara a clubului sportiv	20	4	2	2	12
	10.	Comercializarea activitatilor desfășurate în clubul de fitness	14	2	1	1	10
11.	Caracteristicile comercializării serviciilor de sănătate și de fitness	14	2	2		10	
	Total	180	30	22	8	120	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina <i>Marketingul fitness-clubului</i> vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților manageriale ale masterandului. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază managerială.</p> <p>Dispune de tehnologii manageriale datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri de afaceri și seminarii. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor/managerilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesionale de marketing. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p><i>Evaluarea preventivă</i> se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității marketing procesului, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p><i>Evaluarea operativă</i> stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea marketing situațiilor.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anghel L., Florescu C., Zaharia R. <i>Marketing, probleme, cazuri, teste</i>, 1993. 2. Audigier G. <i>Les etudes marketing</i>. Paris: Dunod, 1992. 3. Berling L. <i>Manuel: Giants weathering bay city blues</i>. Advertising Age, p. 10-11, 1992. 4. Coleman R.P. <i>The continuing significance of social classto marketing</i>. In: Journal of Consumer Research, 10, 265, 1983. 5. Curta I. <i>Sponsorizarea: Teorie și practică</i>, 1993. 6. Deckard L. <i>AB survey finds 8AL franchises raising tixprices</i>. In: Amusement Business, p. 1-14, 1988. 7. Gralf P.C. <i>Fitness Clubs. Consumer protection between contract and association</i>. September 2010; Access mode: www.ssrn.com 8. Kotler P. <i>Marketing Management. Analysis. Planning. Implementation and Control</i>. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, Co., 1988, p. 777. 9. Lenskold J.D. <i>Marketing ROI and Measurements</i>. In: A Marketing Profs Benchmark Report. July 2005; Access mode: www.cmomagazine.com 10. <i>Marketing for Small Business, part of the "Small BusinessBibliography" available from SmallBusiness Administration, P.O. Box 1543Fort Worth, TX 76119.</i> 11. Otker I., Hayes P. <i>Mecenat et sponsoring</i>, ADETEM, 1999. 12. <i>Revue Francaise de Marketing</i> nr. 131,1991. 13. Sullivan M., Adcock D. <i>Retail Marketing</i>. Thomson, 2002. 341 p. 14. Tharrett S., Peterson J. <i>Membership Attrition and Profitability</i>. In: Fitness Management, February-March 2007, p.32-43. 15. <i>The contrast in approaches appeared on the same pagesof</i> In: Marketing News, April 26 1985, p. 10-11. 16. Sutton W.A. <i>Strategic long range planning for R.H. Migliore intercollegiate athletic programs</i>. In: Journal of Applied Resesearch in Coaching and Athletics, 3, 238. 1988. 17. Williams R. <i>Sociology of culture</i>. New York: Shocken, 1982. 18. Азоев Г. <i>Конкуренция: анализ, стратегия и практика</i>. М.: ЦЭиМ, 1996. 19. Баркан Д.И. <i>Маркетинг для всех</i>. Л.: 1991. 20. Блинов А.О. <i>Малое предпринимательство. Организационные и</i> 	

правовые основы деятельности. Ось-89, 1998.

21. Виханский О., Наумов А. *Менеджмент: человек, стратегия, организация, процесс*: Учебник. М.: Гардарики, 1996.

22. Герчикова И. *Маркетинг и международное коммерческое дело*. М.: Внешторгиздат, 1990.

23. Гуськов С.И. *Спортивный маркетинг*. К.: Олимпийская литература, 1995. 296 с.

24. *Документы, делопроизводство*. Изд. 2-е перераб. и доп.е М.: «Изд-во ПРИОР», 1998. 144 с.

25. Евланов Л. *Теория и практика принятия решений*. М.: Экономика, 1984.

26. Котлер Ф. *Основы маркетинга* / Пер. с англ. М.: Прогресс. 1991.

27. Кохно П.А и др. *Менеджмент*. М.: Финансы и статистика, 1993.

28. Кузнецова А.Н. *Машинопись и делопроизводство*. 2-е изд. М.: ДОСААФ, 1987. 221 с.

29. Лапуста М.Г., Старостин Ю.Л. *Малое предпринимательство*. М.: ИНФРА-М, 1997.

30. Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф. *Основы менеджмента* / Пер. с англ. М.: Дело, 1992.

31. Лебедев О.Т., Каньковская А.Р. *Основы менеджмента: Учебн. пособ.* / Под ред. д-ра эконом. наук, проф. О.Т. Лебедева. СПб.: ИД «МиМ», 1997.

32. Лебедев О.Т., Филиппова Т.Ю. *Основы маркетинга: Учеб. пособ.* С.Пб.: ИД «МиМ», 1997.

33. *Организационные структуры управления производством* / Под ред. Б.З. Мильнера. М.: Мысль, 1975.

34. *Основы предпринимательского дела. Благородный бизнес* / Под ред. Ю.М. Осипова. М.: МП «Тритон», 1992.

35. *Основы предпринимательской деятельности* / Под ред. В.М. Власовой. М.: Статистика, 1995.

36. Переверзин И.И., Бугров Н.Н., Вилькин Я.Р. и др. *Управление физической культурой и спортом: Учеб. для ин-тов физ. культ./ М.: Физкультура и спорт, 1987. 288 с.*

37. *Предпринимательство: Учебник для вузов* / Под ред. проф. В.Я. Горфинкеля, проф. Г.Б. Поляка и др. М.: Банки и биржи, ЮНИТИ, 1989.

38. Савченко В.Е. *Современное предпринимательство*. М.: Экономика, 1997.

39. *Управление организацией: Учебник* / Под ред. А.Г. Поршнева и др. М.: ИНФРА-М, 1999.

40. Уткин Э.А., Кочеткова А.И. *Практикум по курсу менеджмента*. М.: Изд-во «Зерцало». 1998.

41. Хруцкий В.Е., Корнеева И.В. и др. *Современный маркетинг*. М.: Финансы и статистика. 1991.

42. Цуркану В.И., Тостоган П.Г., Катарага В.Д. *Справочник предпринимателя: Нормативные акты и бухгалтерский учёт*. Кишинёв: Гиперион, МП «Синтез», 1992.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Psihofitness					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.016	Anul	II	Semestru I	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	22	8	120	
Nota de prezentare	<p><i>Psihofitness</i> este o metoda de antrenament fizic și mental care aduce împreună mișcarea conștientă și sugestiile adresate nivelului înconștient. Astfel, tehnicile sugestive sunt utilizate în contextul unui antrenament alcătuit din exerciții fizice de funcțional training și tehnici de mindfulness, în scopul optimizării existenței individului la nivel fizic și psiho-comportamental.</p> <p>Disciplina <i>Psihofitness</i> oferă o oportunitate pentru viitorul antrenor de a obține nu numai o înțelegere generală a relației dintre mental și fizic și, astfel, să-și extindă și să aprofundeze viziunea sa mondială, dar și să dobândească cunoștințe despre utilizarea abordărilor și metodelor moderne experimentale. Cunoștințele metodologice și teoretice dobândite în acest curs îi vor ajuta pe masterant să-și rezolve sarcinile practice, vor forma aptitudinile de organizare și desfășurare a cercetărilor experimentale.</p> <p>Scopul cursului este de a crea o perspectivă holistică asupra esenței proceselor psiho-fizice care apar ca urmare a activității musculare active a organismului, formarea cunoștințelor științifice ale fitness-antrenorilor, contribuind la îmbunătățirea profesionalismului lor în domeniul fitness-ului.</p> <p>Predarea cursului de masterat <i>Psihofitness</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formarea unui sistem de concepte privind legăturile principale ale activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Însușirea principiilor generale și specifice ale manifestării și dezvoltării psihofizice în condițiile fitness-activităților.3. Perfecționarea priceperilor de a utiliza cunoștințele teoretice și practico-metodice în activitatea științifică în domeniul fitness-ului. <p>Particularitatea cursului actual constă argumentarea fitness-activității ce</p>						

	<p>presupune din poziția sintezei doua domenii științifice: psihologie și fitness-antrenament. În legătura cu aceasta programa prevede și obiective de referință:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza psihofizică a fitness-activității; - diagnostica proceselor psihice și stărilor psihofizice în procesul desfășurării lecțiilor de fitness; - studierea particularităților mentale ale personalității celor ce practică fitness-ul; - cercetarea tehnologiilor autoreglării fitness-ului; - elaborarea anchetei pentru desfășurarea sondajului sociologic; - alegerea metodelor psihofizice pentru cercetarea științifică a fitness-activității; - elaborarea blocului de teste psihofizice în sistemul fitness-ului. <p>Programa cursului specializat o constituie opt teme, care cuprind compartimente de bază ale științei psihofizice ce au orientarea profesională.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea cunoștințelor despre esența proceselor psihofizice ale practicantului de fitness în aspectul activității fizice. • Clasificarea și diagnosticarea diferitelor condiții psiho-fizice. • Organizația activităților de psihofitness pe baza cunoștințelor dobândite. • Formarea trăsăturilor de personalitate semnificative din punct de vedere profesional. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea sistemului de categorii și metode necesare pentru rezolvarea sarcinilor tipice în diferite domenii ale activității profesionale; - stăpânirea de noi metode de cercetare, schimbarea profilului științific și a profilului științific și practic al activităților profesionale; <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de a desfășura independent cercetarea psihofizică în conformitate cu standardele etice, procesarea și analiza datelor obținute, inclusiv utilizarea tehnologiilor informaționale, interpretează rezultatele cercetării; - pregătirea pentru formularea de sarcini profesionale inovatoare în domeniul cercetării și activităților psihofizice practice; <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării fitness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască esența proceselor psihofizice ale practicantului de fitness; - să cunoască caracteristicile apariției diferitelor stări psihofizice ca urmare a activității mentale și musculare active; - să cunoască bazele teoriei sistemelor psihofuncționale; - să cunoască conceptele de bază și categoriile de diagnostice psihofizice, ca una din domeniul de psihologie culturii fizice; - să identifice principalele probleme care apar în procesul de diagnosticare psihofizică și de a avea o idee despre modul de rezolvare a acestora. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată clasifica diferite stări psihofizice ale practicantilor de fitness; - să poată selecționa cele mai eficiente mijloace și metode pentru diagnosticarea stărilor psihofizice; - să folosească concepte și categorii speciale psihofizice în planificarea activităților de fitness. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aplice abilitățile de autoorganizare a examenelor psihofizice folosind diferite mijloace și metode; - să aplice abilități de autointerpretare a rezultatelor și, pe baza acestora,

	<p>planificarea unor activități psihofizice eficiente;</p> <ul style="list-style-type: none"> – să aplice metodele de utilizare a cunoștințelor dobândite în practica activităților lor profesionale; – să utilizeze inovațiile în fitness-ul de reabilitare. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>Nr. d/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminare</p>	<p>L/P</p>	<p>L/I</p>
	1.	Caracteristica psihofizică a fitness-activității	6	2	2		12
	2.	Tehnologii de luare a deciziilor în sistemul fitness-activității	8	4	2		14
	3.	Algoritmi pentru comunicarea interpersonală eficientă la lecțiile de fitness-antrenament	6	2	2		12
	4.	Regularea de rol a comportării sociale practicanților fitness-ului	8	4	2		14
	5.	Practici meditative în fitness	16	4	2	2	14
	6.	Reglarea tonusului muscular în procesul fitness-activității	10	4	2	2	14
	7.	Tehnici de respirație pentru lecțiile de fitness-antrenament	12	4	4	2	18
	8.	Trainingul ideomotor al practicanților fitness-ului	16	6	6	2	22
	Total		180	30	22	8	120
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Tehnologiile psihofizice în domeniul culturii fizice vizează dezvoltarea potențialului intern, îmbunătățirea profesionalismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice naturale și umanitare, dobândesc o bază diagnosticii psihofizice.</p> <p>Cursul <i>Psihofitness</i> dispune de tehnologii psihofizice datorită instalării interne a subiectului pentru dezvoltarea și implementarea acestuia. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Clasele se desfășoară pe baza tehnologiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, seminarii, lecții de laborator. La seminarii se folosesc diferite <i>forme și metode de predare</i> și monitorizare, cum ar fi: prezentări ale masteranzilor despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; jocuri de afaceri; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlul de test. La lecții de laborator se desfășoară modele de sondaje sociologice, se elaborează blocuri de teste psihologice și fizice.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, elaborarea, modelarea, proiectarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorilor depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea prealabilă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin lucrarea de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la lecție și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în forma orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară pentru determinarea dinamicii procesului didactic, stimularea procesului de instruire din partea masterandului, contribuie la</p>						

	<p>determinarea oportună a lipsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupună elaborarea testelor, formate în sarcinile complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în forma de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Allaport W.G. <i>Structura și dezvoltarea personalității</i>. București: Didactica și Psihologica, 1981. 2. Cosmovici A. <i>Metode de investigare a personalității. Probleme fundamentale ale psihologiei</i>. București: Academie, 1980. 3. Epuran M. <i>Psihologia educației fizice și sportului</i>. București: Sport-Turism, 1980. 4. Epuran M. <i>Psihologia sportului</i>. București: Stadion, 1985. 5. Georgescu F. <i>Cultura fizică – fenomen social</i>. Oradea: Trionic, 1998. 6. Horghidan V. <i>Problematika psihomotricității</i>. București: Globus, 2000. 7. Popa Gh. <i>Metodologia cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului</i>. Timișoara: Orizonturi universitare, 1999. 8. Șchiopu U., Verza C. <i>Psihologia vârșelor</i>. București: Didactica și pedagogica, 1997. 9. Turcu A. <i>Interdependența funcțională dintre gândire și reprezentare</i>. Cluj-Napoca: Dacia, 1990. 10. Zlate M., Zlate C. <i>Cunoașterea și aprecierea grupelor sociale</i>. București: Politica, 1972. 11. Афтимичук О. <i>Актуальность преподавания дисциплины «психофитнес» для магистрантов специальности «технологии и менеджмент фитнеса»</i>. В: Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини: матеріали V інтернет-конференції. м.Одеса, 17-18 листопада 2021 р. Одеса: видавець Букаев Вадим Вікторович, 2021, с. 8-12. 12. Бобров В.А. <i>Психология профессиональной пригодности</i>. М.: ПЭРСЭ, 2001. 13. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. <i>Психология физического воспитания и спорта</i>. 2-е изд., дораб. М.: Издательский центр „Академия”, 2004. 224 с. 14. Гордеева Н.Д. <i>Экспериментальная психология исполнительного действия</i>. М.: Тривола, 1995. 324 с. 15. Изотов Е.А. <i>Ассоциативно-идеомоторный тренинг в подготовке керлингистов</i>: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2009. 164 с. 16. Ильин Е.П. <i>Психофизиология физического воспитания: Учеб. пособие для ст-тов физ.воспитания пед. ин-тов</i>. М.: Просвещение, 1980. 199 с. 17. Ильин Е.П. <i>Психомоторная организация человека</i>. СПб.: Питер, 2003. 384с. 18. Ланцева Н.А. <i>Особенности применения идеомоторной тренировки в фигурном катании</i>. В: Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016, № 4 (134), с. 146-152. 19. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. <i>Психологические технологии управления состоянием человека</i>. М.: Смысл, 2009. 312 с. 20. Магун В.С. <i>Оценки и самооценки в структуре индивидуальности</i>. В: Психодиагностические методы в комплексном исследовании студентов. Л.: ЛГУ, 1986. с. 195-209. 21. Марищук В.Л. <i>Психология спорта: Учебное пособие</i>. 2-е изд., испр. и доп. Минск: БГУФК, 2006. 147 с. 22. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А., Серова Л.К. 	

Методики психодиагностики в спорте. М.: Просвещение, 1990. 256 с.

23. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. *Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса*. СПб.: Сентябрь, 2001.

24. Никандров В.В. *Психомоторика*. СПб.: Речь, 2004. 104 с.

25. Николаев А.Н. *Стресс: его преодоление и профилактика*. СПб.: Знание, 2005.

26. *Психологическая диагностика: Учебник для вузов* / Под ред. М.К. Акимовой, К.М. Гуревича. СПб.: Питер, 2008. 652 с.

27. *Психофизиология: Учебник для вузов* / Под ред. Ю.И. Александрова. 3-е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер, 2007. 464 с.

28. Райгородский Д.Я. (ред.-сост.) *Практическая психодиагностика. Методики и тесты*. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом „БАХРАХ-М”, 2002. 672 с.

29. Серова Л.К. *Психология личности спортсмена* [Текст]: Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2007. 116 с.

30. Сизяев С.В. *Идеомоторный метод регуляции предстартовых состояний юных спортсменов на этапе начального обучения в ушу*: дис. ... канд. психол. наук. М., 2007. 175 с.

31. Юров И.А. *Методы психодиагностики в физическом воспитании и спорте*. Магадан: Пед. об-во, 1986. 24 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Fitness-ul adaptiv					
Titularul cursului		Șpilova Svetlana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.017	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	20	10	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina Fitness-ul Adaptiv, ca și celelalte discipline ale învățământului postuniversitar, are menirea să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane pentru nivelul dat de studii.</p> <p>Misiunea <i>Fitness-ului Adaptiv</i> ca disciplină de studiu este orientată spre acumularea cunoștințelor în domeniul fitness-ului adaptiv, înțelegerea principiilor activității cu categoria dată de persoane, varietatea dizabilităților și acțiunea lor asupra activității fizice. Această disciplină interacționează cu o serie de discipline generale și profesionale ca: <i>Fiziologia, Biochimia, Medicina sportivă, Biomecanica, Anatomia.</i></p> <p>Conceptul de bază al <i>Fitness-ului Adaptiv</i> constă în formarea unor cunoștințe vaste în domeniul antrenamentului de fitness cu persoane cu nevoi speciale.</p> <p>Predarea cursului vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Acumularea cunoștințelor cu privire la legitățile fundamentale ale persoanelor cu nevoi speciale, parte componentă a societății prin urmare și a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Formarea cunoștințelor ce țin de principiile de bază ale activității fizice adaptive, care asigură procesul didactic sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii pedagogice.3. Însușirea priceperilor profesionale pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea activității profesionale în fitness-ul adaptiv. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Fitness-ul adaptiv</i>, care prevede legitățile, condițiile, factoriile, stimulante autorealizarea potențialului creativ pe calea spre culmele productivității și profesionalismului în activitatea în domeniu. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiectivele de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none">- analiza și cunoașterea diversității dizabilităților;						

	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea legităților creării unui program de fitness adaptiv; - studierea particularităților persoanelor cu nevoi speciale; - formarea recomandărilor în programarea unui program de fitness adaptiv; - cercetarea procesului de antrenament aplicând legitățile fitness-ului adaptiv; - însușirea tehnologiei creării programelor de fitness adaptiv; - formarea potențialului creativ al antrenorului de fitness adaptiv; - educarea culturii profesionale în domeniul fitness-ului adaptiv. <p>Programul curriculum-ului este constituit din cinci teme, care cuprind compartimente de bază ale științei pedagogice cu orientarea la cunoștințele în domeniul activității adaptive ale antrenorului de fitness.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea unui sistem de concepte privind legitățile principale ale activității fizice adaptive fapt ce va spori profesionalismul specialistului în domeniul fitness-ului. 2. Perfecționarea ideilor despre activitatea adaptivă, care asigură procesul activităților de fitness sub aspectul antrenamentelor de fitness cu persoane cu nevoi speciale. 3. Însușirea priceperilor profesional - pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea unui program de fitness adaptiv. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza activităților de fitness din poziția cunoștințelor din domeniul adaptiv; - formarea procesului de antrenament în domeniul fitness-ului adaptiv; - cunoașterea tipurilor de dizabilități ale domeniului fitness-ului adaptiv; - organizarea și desfășurarea activităților de fitness adaptiv; - sistematizarea și generalizarea celor mai noi tendințe din domeniul fitness-ului adaptiv. <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientarea umanistă asupra dezvoltării personalității practicanților prin intermediul fitness-ului adaptiv; - alegerea metodelor de desfășurare a activităților, ținând cont de motivele, orientările de valori, obiectivele practicanților fitness-ului adaptiv; - pregătirea pentru următoarele etape ale aptitudinilor pedagogice. <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului activităților de fitness adaptiv; - exprimarea potențialului creativ.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale fitness-ului adaptiv ca știință, principalele sale probleme și obiective, componente ale profesionalismului și realizarea de sine; - să aibă diverse idei despre tehnologiile fitness-ului adaptiv, conținutul și orientarea acestora la formarea specialiștilor în domeniul dat; - să formeze capacitățile de auto-dezvoltare, auto-realizarea utilizării potențialului propriu. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze în practică metodele de antrenament din domeniul fitness-ului adaptiv; - să acționeze corect în recomandarea exercițiilor din domeniul fitness-ului adaptiv; - să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea prin cunoștințele dobândite. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze metodele de antrenament ale fitness-ului adaptiv; - să aplice abilitatea de programare a unui antrenament din cadrul fitness-ului adaptiv;

	<ul style="list-style-type: none"> – să aplice abordarea creativă în domeniul fitness-ului adaptiv; – să utilizeze inovațiile în fitness-ul adaptiv; – să înnunătățească capacitatea de autodezvoltare și realizarea de sine. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Fitness-ul Adaptiv	14	2	2		10
	2.	Dizabilități locomotorii	54	10	6	4	34
	3.	Dizabilități de văz	46	8	6	2	30
	4.	Dizabilități de auz	38	6	4	2	26
	5.	Dizabilități intelectuale (psihice)	28	4	2	2	20
		Total	180	30	20	10	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Aplicarea tehnologiilor de antrenament vizează sporirea succeselor în cadrul activităților de fitness, îmbunătățirea stării organismului și a capacităților adaptive ale unei persoane cu nevoi speciale. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice, dobândite în urma studierii cursului dat.</p> <p>Cunoașterea tehnologiilor <i>Fitness-ului adaptiv</i> dezvoltarea și implementarea acestora sporesc procesul de antrenament. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Orele se desfășoară pe baza principiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri didactice și seminarii. În cadrul seminariilor se folosesc diferite <i>forme și metode de predare și monitorizare</i>, cum ar fi: prezentări ale studenților despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlarea testelor.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a antrenorilor de fitness depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea preventivă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la ore și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportunității a lipsei în însușirea materialului de studii și se realizează prin proiectarea situațiilor didactice.</p> <p>Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor, formate din sarcini complexe.</p> <p>Evaluarea totală se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>						
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	<p>1. Prodan D. <i>Powerlifting paralimpic – activitate motrice destinată persoanelor cu dizabilități fizice</i>. În: Revista științifico-metodică „Teoria și arta educației fizice în școală”, N.4 (29), 2012, USEFS, p. 63-67.</p>						

2. Prodan D. *Aspectele pregătirii teoretice a antrenorului de powerlifting și para-powerlifting*. În: „Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, Mater. conf., șt., internaț., Ediția a 3-a. Chișinău: USEFS, 2017 (Tipogr. ”Valinex” SRL), p. 34-39.
3. Calmîș I., Prodan D. *Aspecte ale dezvoltării și perfecționării calității fizice forța la persoanele cu dizabilități locomotorii prin practicarea parapowerlifting-ului*. În: „Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, conferință științifică studențească internațională, Ediția a 21-a. Chișinău: USEFS, 2018 (Tipogr. „Totex-Lux”), p. 50-51.
4. *Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в современных условиях: результаты, проблемы, приоритеты развития*: Матер. Всеросс. научно-практич. Конф. (13-14 декабря 2012 г.). В 2-х томах. Том I. Иркутск: ООО «Мегапринт», 2012. 199 с.
5. *Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов*: Учебное пособие. СПб.: СПбГАФК, 1996. 95 с.
6. Айшервуд М.М. *Полноценная жизнь инвалида*: Пер. с англ. М.: Педагогика, 1991. 179 с.
7. Астафьев Н.В., Самыличев А.С. *Концепция дополнительного физкультурного образования умственно отсталых школьников*. Омск, 1997.
8. Афтимичук О. *К вопросу о подготовке фитнес тренера к адаптивной физкультурной деятельности со слабовидящими занимающимися*. În: Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 2-a, 2 decembrie 2021, Chișinău / colegiul de redacție: Aftimciuc Olga (redactor responsabil) [et al.]. Chișinău: S. n., 2021 (Valinex SRL), p. 124-130.
9. Байкина Н.Г., Сермеев Б.В. *Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих*. М.: Советский спорт, 1991.
10. Балашова В.Ф. *Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре: монография*. М.: Физическая культура, 2008. 150 с.
11. Батышева Т.Т., Скворцов Д.В. *Функциональный подход к восстановительному лечению больных с патологией опоры и движения*. В: Медицинская помощь, 2007, №3, с. 23-27.
12. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. *Социальная психология личности: Учебное пособие для вузов*. М.: Аспект Пресс, 2001.
13. Белова И.Ю., Махов А.С. *Практика по адаптивной физической культуре*. Уч.-мет. пос. Шуя, изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2011. 90 с.
14. Бушенёва, И.С., Сапронова З.В., Ерёмин И.В., Деньгова Л.Е. *Роль адаптивной физической культуры в жизни инвалидов*. В: В мире научных открытий: III Всеросс. научно-практич. Конф. «Научное творчество XXI века». Красноярск: Научно-инновационный центр, 2010, № 3 (09), Ч.1, с. 358-360.
15. Верхало Ю.Н. *Тренажёры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов* [Текст]. М.: Советский спорт, 2004. 536 с.
16. Выготский Л.С. *Основы дефектологии*. В: Собрание сочинений в 6 томах. М.: Педагогика, 1983, Т. 5.
17. Дементьева Н.Ф. *Социальная реабилитация и ее роль в интеграции инвалидов в общество*. В: Развитие социальной реабилитации в России. М., 2000, с. 4-11.
18. Дмитриев А.А. *Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений*. М.: Академия, 2002.
19. Дробышева С.А., Коровина И.А., Вербина В.В. *Адаптивное физическое воспитание в системе дошкольного и школьного образования лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие*. Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2012. 196 с.
20. Дробышева С.А. *Оздоровительная физическая культура лиц пожилого и старшего возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура): Методическое пособие*. Волгоград: ВГАФК, 2013. 77 с.

21. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. *Адаптивная физическая культура: Учебное пособие*. М.: Советский спорт, 2000.
22. Евсеев С.П. *Повышение квалификации и переподготовка специалистов по адаптивной физической культуре*. В: Теория и практика физической культуры, 2001, № 12, с. 20-23.
23. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Солодков А.С., Морозова О.В. *Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов: Учебн. пос. под ред. С.П. Евсеева и А.С. Солодкова*. СПб.: СПбГАФК, 1996. 95 с.
24. Ермаков В.П. *Профессиональная ориентация учащихся с нарушениями зрения*. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. 176 с.
25. Курникова М.В., Оринчук В.А., Зверев Ю.П., Бахарев Ю.А. *Государственная итоговая аттестация по направлению подготовки 49.03.02 «физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»: Учебно-методическое пособие*. Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2017. 102 с.
26. *Образование лиц с ограниченными возможностями в контексте программы ЮНЕСКО «Образование для всех»: опыт России: Аналитический обзор / под ред. акад. Г. А. Бордовского*. М., 2007. 78 с.
27. *Руководство по реабилитации больных с двигательными нарушениями: том 1 / Под ред. Беловой А.Н., Шепетовой О.Н. М.*, 1998. 224 с.
28. Салимов М.И. *Адаптивная физическая культура и специальное (коррекционное) образование*. В: Профилактика, реабилитация и адаптация в медицине и спорте [Текст]: Материалы научн.-практ. конф. Челябинск, 2004. УралГАФК.
29. Салимов М.И. *Использование адаптивной физической культуры в занятиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья [Текст]. Адаптивная физическая культура: правовые основы, теория и практика: Сб. материалов*. Екатеринбург, ЕФ УралГАФК, 2005.
30. Салимов М.И. *Адаптивная физическая культура и социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья*. В: Научно-методическое обеспечение физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры [Текст]: Сб. науч. тр., Выпуск 8, Ч. 1. Челябинск: УралГАФК, 2005.
31. *Физическая реабилитация для детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н. А. Гросс*. М.: Советский спорт, 2000. 224 с.
32. Царик А.В. *Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации: учебно-методическое пособие*. 3-е изд., испр. и доп. М., 2005. 872с.
33. Штоколок В.С., Дубровина Н.А., Рогалева Л.Н., Гилязетдинова Е.М. *Организация физкультурно-массовой работы с людьми, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата: учеб.-метод. пособие / [под общ. ред. В. С. Штоколка; науч. ред. Н. Б. Серова]; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. 120 с.*
34. *American College of Sports Medicine: ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities-2nd Edition*, Human Kinetics Publishers, Champaign Illinois, 2003.
35. Davis, Ronald W. *Inclusion Through Sports – A Guide to Enhancing Sport Experiences*, Human Kinetics Publishers, Champaign Illinois, 2002.
36. DePauw, Karen P. *Disability Sport*. 2nd Edition, Human Kinetics Publishers, Champaign Illinois, 2005.
37. Lewis, Vicky. *Development and Disability*, Second Edition, Blackwell publishing Company, 1987.
38. Sherrill, Claudine. *Adapted Physical Activity, Recreation and Sports*, 6th edition, McGraw-Hill Publishers, 2004.
39. Steadward Robert D., Wheeler Garry D., Watkinson Jane. *Adapted Physical Activity*, The University of Alberta Press, 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS					
Denumirea cursului		Nutriția în fitness					
Titularul cursului		Prodan Dumitru					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.03.A.018	Anul	II	Semestru I	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual, P – prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	20	10	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Nutriția în fitness</i>, ca și celelalte discipline ale învățământului postuniversitar, are menirea să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane pentru nivelul dat de studii. Misiunea <i>Nutriția în fitness</i> ca disciplină de studiu este orientată spre acumularea/perfecționarea cunoștințelor în domeniul nutriției, înțelegerea principiilor alimentare, varietatea acestora și acțiunea lor asupra activității fizice și a organismului uman. Această disciplină academică interacționează cu o serie de discipline generale și profesionale ca: <i>Fiziologia, Biochimia, Medicina sportivă, Dietologia, Calorimetria, Alimentația sportivă</i>.</p> <p>Conceptul de bază al <i>Nutriția în fitness</i> constă în formarea unor cunoștințe vaste în domeniul alimentației și acțiunii acesteia asupra organismului uman.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ. Predarea cursului de masterat <i>Nutriția în fitness</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Acumularea cunoștințelor cu privire la legăturile fundamentale ale nutriției, parte componentă a pregătirii profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului.2. Formarea/perfecționarea cunoștințelor ce țin de principiile de bază ale nutriției, care asigură procesul didactic sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologii și tehnicii pedagogice.3. Însușirea priceperilor profesionale pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea activității profesionale în fitness pe baza cunoștințelor din domeniul Nutriției. <p>Curriculum este elaborat în conformitate cu programa disciplinei <i>Nutriția în fitness</i>. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, obiectivele de referință sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> - analiza și cunoașterea principiilor alimentare; - însușirea legităților creării unui program alimentar; - studierea particularităților calculării caloriilor necesare pentru activitatea fizică; - formarea recomandărilor nutriționale pentru accelerarea obținerii scopului dorit; - cercetarea procesului de antrenament aplicând principiile alimentare; - însușirea tehnologiei creării programelor alimentare; - formarea potențialului creativ al antrenorului de fitness; - educarea culturii nutriționale în domeniul fitness-ului. <p>Programul curriculum-ului este constituit din opt teme, care cuprind compartimente de bază ale științei pedagogice cu orientarea la cunoștințele în domeniul nutriției ale antrenorului de fitness.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea unui sistem de concepte privind legitățile principale ale nutriției în activitatea fizică fapt ce va spori profesionalismul specialistului în domeniul fitness-ului. 2. Perfecționarea ideilor despre principiile alimentației, care asigură procesul activităților de fitness sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei și tehnicii pedagogice. 3. Însușirea priceperilor profesionale pedagogice orientate spre proiectarea, organizarea și modelarea unui program alimentar destinat domeniului fitness-ului. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza activităților de fitness din poziția cunoștințelor din domeniul nutriției; - formarea procesului de autoperfecționare a specialistului în domeniul fitnessului; - cunoașterea nutriției în fitness prin aplicații experimentale și de observație; - organizarea și desfășurarea principiilor alimentare în cadrul activităților de fitness; - sistematizarea și generalizarea celor mai noi teorii, metode și tehnici din domeniul nutriției în fitness. <p>b) metodice. Masterandul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - orientarea umanistă asupra dezvoltării personalității practicanților de fitness prin intermediul culturii fizice recreative, inclusive prin compartimentul nutriția; - alegerea metodelor de desfășurare a activităților, ținând cont de motivele, orientările de valori, obiectivele practicanților fitness-ului; - pregătirea pentru următoarele etape ale aptitudinilor pedagogice. <p>c) afective. Masterandul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului de desfășurare a activităților de fitness; - exprimarea potențialului creativ.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască conceptele cheie ale nutriției ca știință, principalele sale probleme și sarcini, componente ale profesionalismului și realizarea de sine; - să aibă diverse idei despre tehnologiile nutriționale moderne, conținutul și orientarea acestora la formarea specialiștilor în domeniul culturii fizice recreative; - să-și dezvolte capacitățile de autodezvoltare, autorealizarea utilizării potențialului creativ. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze în practică a metodelor de creare a unei rații alimentare; - să acționeze corect în recomandarea principiilor alimentare; - să utilizeze abilitatea de autodezvoltare, autorealizarea prin cunoștințele

	<p>dobândite.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aplice metodele de creare a rațiilor alimentare; - să aplice abilitățile de programare a unui regim alimentar; - să aplice o abordare creativă în domeniul nutrițional; - să utilizeze inovațiile în știința nutrițională; - să dezvolte capacitatea de autodezvoltare, realizarea de sine. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. d/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminare	L/P	L/I
	1.	Nutriția în fitness	18	2	2		14
	2.	Macro-nutrienții alimentari	26	6	4		16
	3.	Micro-nutrienții alimentari	20	4	2		14
	4.	Principiile alimentare și asigurarea energetică a activității musculare	38	8	6	2	22
	5.	Regimul alimentar în diferite perioade ale vieții și activități fizice	28	4	2	4	18
	6.	Alimentația și starea psihică în fitness	22	2	2	2	16
	7.	Alimentația sportivă și dopajul	14	2	1	1	10
	8.	Hidratarea în practicarea fitness-ului	14	2	1	1	10
	Total		180	30	30	10	120
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Aplicarea tehnologiilor nutriției vizează sporirea succeselor în cadrul activităților de fitness, îmbunătățirea stării organismului și a capacităților adaptive ale unei persoane. Acestea includ un complex de cunoștințe științifice, dobândite în urma studierii cursului dat.</p> <p>Cunoașterea tehnologiilor nutriționale dezvoltarea și implementarea acestora. Obiectul tehnologizării sunt zonele personale ale dezvoltării umane, căile și mijloacele de viață, dezvoltarea profesională.</p> <p>Orele se desfășoară pe baza principiilor educaționale tradiționale și inovatoare – prelegeri, conversații euristice, jocuri didactice și seminarii. În cadrul seminariilor se folosesc diferite <i>forme și metode de predare și monitorizare</i>, cum ar fi: prezentări ale studenților despre dezvoltarea materialelor de curs folosind literatura suplimentară; diagnosticarea comportamentului propriu în procesul de analiză a unei situații de învățare holistice; discuții teoretice, dezbateri pe parcursul seminariilor; atestare; bliț-teste conceptuale și terminologice; controlarea testelor.</p> <p>Astfel, realizarea procesului de instruire a cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, analiza, sinteza, demonstrarea, modelarea, problematizarea, jocurile didactice.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Calitatea pregătirii profesionale a antrenorilor de fitness depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesional-pedagogice. În scopul verificării activităților de studii se va aplica evaluarea prealabilă, operativă, curentă, tematică și totală.</p> <p>Evaluarea preventivă se desfășoară cu scopul determinării nivelului de formare al cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor metodice profesionale, analizei dinamicii și eficacității procesului didactic, și se realizează prin probă de evaluare/lucrare de control.</p> <p>Evaluarea operativă stabilește determinarea însușirii urgente a predării materialului de studii la ore și se desfășoară cu prezentarea cunoștințelor teoretice în formă orală și de proiectare a sarcinilor tematice.</p> <p>Evaluarea curentă se desfășoară cu scopul determinării dinamicii procesului didactic, stimulării procesului de instruire din partea masterandului, ce contribuie la determinarea oportună a lipselor în însușirea materialului de studii și se realizează prin</p>						

	<p>proiectarea situațiilor didactice.</p> <p><i>Evaluarea tematică</i> presupune elaborarea testelor, formate din sarcini complexe.</p> <p><i>Evaluarea totală</i> se realizează la sfârșitul cursului în formă de prezentare a portofoliului și de examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O., Jurat V. <i>Aerobica. Teorie și metodică</i>: [Manual]. K.: "Valinex" SRL, 2016. 298 p. 2. Aftimiciuc O., Aftimiciuc V. <i>Teoria și metodologia fitness-ului (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare)</i>: [Manual]. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. 3. Aftimiciuc O., Prodan D., Dorgan V. <i>Fitness-ul de forță</i>: Manual; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex, 2019. 464 p. 4. Bogdan V., Cazan M., Rusu C.L. <i>Bază Curs Tehnician Nutriționist</i>. Modulul 5. Principiile alimentare și valoarea nutritivă. Alimentația în diferite perioade ale vieții. ABC Fitness School, 2019. 91 p. 5. Carmen N.N. <i>Nutriție și dietetică. Aspecte teoretice și practice</i>. Editura Universității „Lucian Blaga”, Sibiu, 2008. 270 p. 6. Chimie Alimentară. <i>Bază Curs Tehnician Nutriționist</i>. Modulul 2. ABC Fitness School, 2015. 60 p. 7. Costea C., Răileanu V. <i>Terapie prin alimentație</i>. Făgăraș: Păzitorul Adevărului, 2014. 388 p. 8. Graur M. <i>Ghid pentru alimentația sănătoasă</i>. Ed: Performantica. Iași, 2006. 173p. 9. Opopol, N., Obreja G., Ciobanu A. <i>Nutriția în sănătatea publică</i>. USMF “Nicolae Testemițanu”, Șc. Management în Sănătate Publică. Ch.: Bons Offices, 2006. 180 p. 10. Prodan D. <i>Creatina – supliment nutritiv pentru creșterea performanțelor sportive, remediu eficient în combaterea dopajului</i>. În: Buletin Științific, Universitatea din Pitești., seria: Educație fizică și sport, Nr. 11 (1\2007); Vol. II.: Editura Universității din Pitești, p. 205-209. 11. Prodan D. <i>Insulina, hormon peptidic folosit în sportul contemporan</i>. În: „Strategii de dezvoltare a sportului pentru toți și bazele legislative ale domeniului culturii fizice și sportului în țările CSI”: Congres științific internațional. Ch.: Valinex SA, 2008, p. 441- 444. 12. Prodan D. <i>Adaptogenii de origine vegetală, animală și anabolicii vegetali folosiți în triatlonul de forță ca remediu împotriva dopajului</i>. În: „Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului superior”, conf. Șt. Intern. Ed. A 6-a. Ch.: Editura USEFS, 2009, p. 63-68. 13. Prodan D. <i>Suplimente nutritive recomandate pentru sportivii care practică triatlonul de forță</i>. În: „Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului superior”, conf. Șt. Intern. Ed. A 6-a. Ch.: Editura USEFS, 2009, p. 63-68. 14. Prodan D., Prodan Diana. (2017) Particularitățile alimentației în practicarea efortului fizic și modificarea constituției corporale. În: „Sport. Olimpism. Sănătate”, congres științific internațional Ed. a 2-a. Ch: USEFS, 2017, p. 71. 15. Арансон М.В. (2001) Питание для спортсменов. М.: Физкультура и спорт. 224 с. 16. Афтимичук, О.Е. <i>Курс лекций к дисциплине „Теория и методика Фитнеса (Оздоровительная физическая культура)”</i> для специализации „Фитнесс, менеджер массового спорта” / Нац. ин-т физ. воспитания и спорта, Кафедра гимнастики. Ch.: Valinex, 2006, Ч. 1. 208 p. 17. Афтимичук, О.Е. <i>Теория и методика аэробики для специальности</i> 	

„Рекреативная физическая культура”: Курс лекций; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Ch.: "Valinex" SA, 2008, Ч. 2-я. 296 p.

18. Афтимичук, О.Е. *Теория и методика силового фитнеса*: Учебник; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Кишинэу: Valinex, 2018. 480 с.

19. Батырев М., Батырева Т. *Спортивное питание*. СПб.: Питер, 2005, 144 с.

20. Борисова О.О. *Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации*: учеб. метод. Пособие. М.: Советский спорт, 2007. 132 с.

21. Воронков Ю.И., Тизул А.Я. *Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте* [Текст]: очерки. М.: Советский спорт, 2011. 228с.

22. Григорьев В.И., Давиденко Д.Н., Чистяков В.А. *Культура питания спортсмена*: учебное пособие. СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2011. 191 с.

23. Давыдович М.Г., Лукьянов Б.Г., Романко В.Г., Катаев В.А., Габбасов А.Р. *Спортивная медицина: физиология, фармакология и допинг-контроль*, Уфа, 2012. 180 с.

24. Добринина Н.А. *Питание для спортсменов*. М.: Человек, 2013. 194 с.

25. Заборова В.А. *Энергообеспечение и питание в спорте*. Учебно-методическое пособие / под ред. В.А. Заборовой. М.: Физическая культура, 2011. 107 с.

26. Капилевич Л.В., Дьякова Е.Ю., Кошельская Е.В., Андреев В.И. *Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии*: учебное пособие; Томский Политех. Ун.-т. Томск: изд.-во Томского Политех. Ун.-т, 2011. 152 с.

27. Каркищенко Н.Н., Уйба В.В., Каркищенко В.Н., Шустов Е.Б., Котенко К.В., Люблинский С.Л. *Очерки спортивной фармакологии*. Том 4. Векторы энергообеспечения / под ред. Н.Н.Каркищенко и В.В.Уйба. М.; СПб.: «Айсинг», 2014. 296 с.

28. Клейнер С. *Спортивное питание победителей*; [пер. с англ. Т. Платоновой]. М.: Эксмо, 2011. 384 с.

29. Кристин А. Розенблум. *Питание спортсменов*. [пер. с англ. Н. Воронина], Олимпийская литература, 2006. 535 с.

30. Кулиненко О.С. *Фармакологическая помощь спортсмену: коррекция факторов, лимитирующих спортивный результат*. Москва: Советский спорт, 2007. 145 с.

31. Кулиненко Д.О., Кулиненко О.С. *Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта*: справочное пособие. 4-е изд., перераб. и доп. М.: Советский спорт, 2012. 464 с.

32. Макарова Г.А., Поляев Б.А. (авт.-сост.) *Медико-биологическое обеспечения спорта за рубежом*. М.: Советский спорт, 2012. 310 с.

33. Разживин О.А., Муртазина К.Р. *Разрешенные фармакологические средства восстановления спортивной работоспособности*. Учебное пособие. Елабуга: Изд-во ЕГПУ, 2009. 42 с.

34. Руненко С.Д. *Врачебный контроль в фитнесе*: монография [Текст]. М.: Советский спорт, 2009. 192 с.

35. Самсонова А.В. *Гипертрофия скелетных мышц человека*: Монография / А.В. Самсонова; Нац. Гос. Ун-Т Физ. Культ, Спорт и Здоровья им. П.Ф. Лесгафта. СПб.: [б.и.], 2011. 203 с.

36. Смоленский А.В., Михайлова А.В. *Фармакологическое и медико-биологическое обеспечение физической культуры и спорта*: Учебно-методическое пособие для студентов. М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2014. 168 с.

37. Стрелков А.Н., Новиков Э.Н. *Недопинговые фармакологические препараты в спортивных единоборствах*. Рязань, 2007. 40 с.

38. Токаев Э.С., Мироедов Р.Ю., Некрасов Е.А., Хасанов А.А. *Технология продуктов спортивного питания*: учеб. пособие. М.: МГУПБ, 2010. 108 с.

39. Driskell Judy A. *Sports nutrition: fats and proteins*. CRC Press

Taylor&Francis Group, 2007. 383 p.

40. Greenwood Mike Douglas S. Kalman Jose Antonio. *Nutritional supplements in sports and exercise*. In: Humana Press, 2008. 522 p.

41. Lamprecht Manfred. *Antioxidants In Sport Nutrition*. CRC Press Taylor & Francis Group, 2015. 278 p.

42. Maughan Ronald J. *Sports nutrition. volume xix of the encyclopaedia of sports medicine an ioc medical commission publication*. International Olympic Committee, 2014. 666 p.

43. Wardlaw, Gordon M., Smith Anne M. *Contemporary nutrition: a functional approach*. 1st ed., McGraw-Hill Companies, Higher Education, 2009. 758 p.

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM
Ciclul II (MASTERAT), 120 credite**

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 06 iunie 2021,
număr de înregistrare ISM-01-19220**



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Metodologia și etica cercetării în turism					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.001	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_tmcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	20	14	6	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia și etica cercetării în turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea formării profesionale specialiștilor din domeniul serviciilor publice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum ce stă la baza elaborării fișei este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile;</p> <p>c) promovarea cercetărilor științifice și implementarea rezultatelor ei;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare în domeniul turismului la masteranzi menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului în domeniul de formare profesională - Serviciilor Hoteliere, Turism și Agrement; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului serviciilor personale pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul Serviciilor Hoteliere, Turismului și Agrementului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale specifice domeniului de cercetare Servicii Hoteliere, Turism și Agrement; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea în domeniul turismului . 						
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască teoriile științifice moderne în domeniul serviciilor publice (Turismului), tendințele de dezvoltare ale acestora; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul turismului și activităților de agrement. * să cunoască aspectele politicii investiționale în domeniu serviciilor hoteliere, turismului și activităților de agrement. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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 și oferta de cercetare în domeniul turismului și activităților de agrement; * să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea cadrelor didactice. * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „ Servicii hoteliere, turism și agrement”. 						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Metodologia și etica cercetării – repere conceptuale	12	2	1		9
	2	Domeniul cunoașterii științifice	12	2	1		9
	3	Gândirea în activitatea de cercetare științifică	16	2	1	1	12
	4	Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	1		9
	5	Metodologia cercetării științifice	12	2	1		9

Tematica și repartizarea orelor la curs	6	Metodologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	18	2	1	1	14
	7	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul turismului	18	2	1	1	12
	8	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul serviciilor hoteliere, turismului și activităților de agrement	18	2	2	1	14
	9	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	24	2	2	4	16
	10	Deontologia și etica cercetării științifice	8	2	1		6
	Total		150	20	14	6	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						
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	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p> <p>2. Guțu Vl., Integrarea științei și învățământului superior. Concepții. Orientări. Strategii, Chișinău, CEP USM, 2007, 164 p.</p>						

3. Budevici A., Dorgan V. Repere epistemologice moderne/-Ch. : Valinex SA, 2009. 234 P.
4. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 420 p.
5. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.
6. Rotariu, T., Iuț P.: *Ancheta sociologică și sondajul de opinie*, Ed. Polirom, Iași, 1997
7. Popper, Karl, R.: *Logica cercetării*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981
8. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p.
9. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pent activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.
10. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, Bucure 2006
11. Țарос V., Сарceleа V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.
12. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании/ «Физкуль тура и спорт» Москва,1988. – 269с.
- 13 Богданов, Е. И., Богомоллова, Е. С., Орловская, В. П., Богданова, Е. И. Экономика отрасли туризма: учебник. Москва: ИНФРА-М, 2019. 318 с.
14. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, П. В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.
15. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.
16. Матвеев Л.И. 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale și comunicaționale în turism					
Titularul cursului		Timuș Maria					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.002	Anul	I	Semes- trul	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	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		110	6	14	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale și comunicaționale în turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul turismului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera turismului utilizând cele mai moderne tehnologii TIC.3. Aplicarea diferitor produse TIC pentru a crea servicii turistice fiabile.4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare a industriei turistice prin utilizarea tehnologiilor TIC moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	<p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a turismului la ora actuală în Republica Moldova prin utilizarea motoarelor de căutare și a diferitor servicii TIC; • Evidențierea motivelor consumatorilor (turiștilor) de procurare a unui produs turistic în corespundere cu factorii personali și prin utilizarea diferitor servicii electronice ale agenției de turism; • Analiza calitativă și cantitativă a tuturor serviciilor electronice oferite de firmele de turism; • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerere și ofertă în mediul online și identificarea diferitor produse TIC care ar eficientiza activitatea firmelor; • Asigurarea unui climat eficient pentru politica investițională din sfera turismului național prin intermediul publicității online. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii turismului prin utilizarea eficientă a diferitor instrumente TIC în mediul online turistic; • Dirijarea ciclului de viață al produsului turistic ce este promovat pentru un segment al pieței turistice prin utilizarea serviciilor de publicitate electronică și a diferitor produse aderente; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica turismului și a TIC.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale și comunicaționale în turism” (sistem de geoinformare, sistem de rezervare, comerț electronic etc.); ➤ să definească noțiunea de Baze de date în turism; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității turistice în mediul online; ➤ să identifice specificul activității turistice a unei firme de turism-servicii; ➤ să cunoască care este ciclul de viață al produsului turistic în mediul online prin intermediul utilizării diferitor servicii TIC; ➤ să cunoască particularitățile pieții turistice online; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în sfera turismului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe turist să procure un anumit produs turistic și dacă TIC influențează determinarea acestuia; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra cererii și ofertei turistice în mediul turistic online; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele economice ale industriei turismului în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității turistice prin distribuția electronică în turism; ➤ să poată găsi legăturile dintre caracteristicile sistemelor de distribuire și procesele de fuziune și achiziție pe piața GSR; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
			1	Istoricul originii și dezvoltării tehnologiilor informaționale.	4	2	2
2	Tehnologii multimedia.	2	-	2	-	10	
3	Tehnologii informaționale de comunicare.	6	2	2	2	10	
4	Software aplicat pentru turism.	6	-	4	2	10	
5	Sisteme de rezervare.	4	2	2	-	10	
6	Sisteme de geoinformare.	2	-	2	-	10	
7	Caracteristici de prezentare a serviciilor turistice.	4	-	-	4	14	
8	Fluxul de documente al unei întreprinderi de servicii și turism.	4	-	-	4	12	
9	Baze de date în turism.	4	-	-	4	12	
10	Tabel de calcule (excel) în turism.	4	-	-	4	12	
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		Total	150	6	14	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						
Stabilirea notei finale	Nota finală					100%	
	Nota pentru evaluarea finală					40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela (2008) <i>Managementul resurselor informationale in cercetarea stiintifica</i>. Brasov: Editura Universitatii Transilvania din Brasov. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău 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 informației și a comunicațiilor, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, ECDL Start modulele obligatorii, Editura Andreco Educațional Grup, București, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-cccetare. 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) <i>Managementul informatiei si al bibliotecilor in mileniul III</i> , Bucuresti, Editura A.B.I.R. 11. Белл Д., Грядущее постиндустриальное общество. Опыт соц. Прогнозирования. М., 2004. 12. Иконников В. Ф. Информационные технологии в индустрии туризма : учеб.-метод. пособие / В. Ф. Иконников, М. Н. Садовская. - Минск : РИПО, 2014. - 78 с. 13. Кизим А. В. Информационные технологии в туризме : учебно-метод. пособие / А. В. Кизим ; Астрахан. гос. ун-т. - Астрахань : Астрахан. ун-т. - 2011. - 146 с. 14. Сосновский, О.А. Информационные технологии в туризме: учеб.практ. пособие / О.А. Сосновский, А.А. Федорович. – Минск: БГЭУ, 2008. – 95 с. 15. Шлыкова О.В. Феномен мультимедиа. Технология эпохи электронной культуры. Московский государственный университет культуры и искусства. – М., 2003. - 267 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Teoria și practica turismului					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.003	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 și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și practica turismului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">5. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul turismului.6. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera turismului.7. Aplicarea legislației în domeniul turismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.8. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare a industriei turistice. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic</p>						

	și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a turismului la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea motivelor consumatorilor (turiștilor) de procurare a unui produs turistic în corespundere cu factorii personali; • Analiza economico-financiară a activității unei agenții de turism (ex: agenția unde s-a desfășurat practica); • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerere și ofertă; • Asigurarea unui climat eficient pentru politica investițională din sfera turismului național. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii turismului; • Dirijarea ciclului de viață al produsului turistic ce este promovat pentru un segment al pieței turistice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica turismului. 					
	Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Teoria și practica turismului” (finanțele firmei turistice, cerere, ofertă, investiții, motivația turistică, profit etc.); ➤ să definească noțiunea de motivație turistică; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității turistice; ➤ să identifice specificul activității turistice; ➤ să cunoască care este ciclul de viață al produsului turistic; ➤ să cunoască particularitățile peții; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în sfera turismului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe turist să procure un anumit produs turistic; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra cererii și ofertei turistice; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele economice ale industriei turismului în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității turistice; ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta turistică; <p>să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>				
		N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Particularitățile de dezvoltare a turismului la etapa actuală	6	2		4
	2	Bazele economice ale activității turistice	6	2		4
	3	Piața turistică	8	2		6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	4	Strategiile de dirijare a activității turistice	8	2		6	
	5	Particularitățile obținerii profitului din sfera turismului	6	2		4	
	6	Cererea și oferta turistică	8	2		6	
	7	Politica investițională în sfera turismului	8	2		6	
	8	Caracteristica noțiunilor de bază ale turismului	4		2	2	
	9	Dinamica indicatorilor activității turistice în plan național și internațional	10		2	8	
	10	Motivația turistică	10		2	8	
	11	Factorii principali ai motivației turistice	8		2	6	
	12	Rolul turismului în economie	8		2	6	
	13	Serviciul financiar al întreprinderilor de turism	6		2	4	
	14	Perspectivile pieței turistice din Republica Moldova	8		2	6	
	15	Programul strategic de dezvoltare a turismului pentru anii 2020 – 2030	10		2	8	
	16	Eficiența economică a agențiilor de turism	6		2	4	
	17	Dirijarea ciclului de viață a produsului turistic.	6		2	4	
	18	Aprecierea volumului cererii de servicii turistice	6		2	4	
	19	Politica investițională a Republicii Moldova în general și cea în domeniul turistic în particular	10		2	8	
	20	Particularitățile proiectelor internaționale în domeniul turismului	8		2	6	
	Total			150	14	26	110
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>					

Strategii de evaluare	<p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. BNS. Anuarul statistic al Republicii Moldova, 2020. 2. Coroș M. Managementul cererii și ofertei turistice. București: Editura C.H. Beck , 2015. 3. Costea M. Implicațiile noilor tehnologii informaționale în creșterea competitivității turistice. Editura economică, 2019. 404 p. ISBN 9789737098870. 4. Gabor M., Oltean F. Produse inovative în turismul național și internațional. București: Editura C.H. Beck , 2015. 5. Ielenicz M., Comănescu L. Turism teorie și metodologie. București: Editura universitară, 2013. 6. Nedelea A.M. Marketing în turism. Teorie și practică. Editura economică, 2020. 276 p. ISBN 9789737099433. 7. Nedelea A.M. (coordonator). Turism. Teorie și practică. Casa cărții de știință, 2014. 258 p. ISBN 978-606-17-0593-1. 8. Nedelea A.M., Cioban G.L., Cioban C. I. Turism. Studii de caz. Editura economică, 2021. 240 p. ISBN 9789737099471. 9. Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Note de curs. Chișinău, 2012. 160 p. ISBN 978-9975-4336-2-4. 10. Абабков, Ю. Н., Абабкова, М. Ю., Филиппова И. Г., Богданова, Е. И. Маркетинг в туризме: учебник. Москва: ИНФРА-М, 2020. 214 с. ISBN 978-5-16-013962-3. 11. Агешкина, Н. А. Основы турагентской и туроператорской деятельности: учебное пособие. Москва: ИНФРА-М, 2021. 567 с. ISBN: 978-5-16-015973-7. 12. Богданов, Е. И., Богомоллова, Е. С., Орловская, В. П., Богданова, Е. И. Экономика отрасли туризма: учебник. Москва: ИНФРА-М, 2019. 318 с. ISBN 13. Бугорский, В. П. Организация туристской индустрии. Правовые основы: учебное пособие для среднего профессионального образования. Москва: Издательство Юрайт, 2017. 165 с. ISBN 978-5-534-02282-7 14. Дурович, А. П. Организация туризма: учебное пособие. Минск: РИПО, 2020. 295 с. ISBN 978-985-7234-10-3 15. Игнатъева, И. Ф. Организация туристской деятельности: учебник для вузов. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2021. 392 с. ISBN 978-5-534-13873-3. 16. Чудновский А. Информационные технологии управления в туризме. Москва: КноРус, 2016. 978-5-16-004712-6. 17. https://www.unwto.org/investment/unwto-investment-guidelines-SAI 											



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Limba engleză: limbajul științific profesional					
Titularul cursului		Nastas Natalia					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.01.O.004	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	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	-	20	20	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul la limba engleză pentru masteranzi este elaborată în conformitate cu <i>Regulamentul cu privire la organizarea studiilor superioare de masterat, ciclul II</i>.</p> <p>Studierea limbii străine de către studenți este concepută drept o activitate, orientată spre aprofundarea cunoștințelor și consolidarea competențelor achiziționate pe parcursul ciclului I, în cadrul studiilor universitare. Procesul de perfecționare a competențelor presupune un efort sistematic și perseverent din partea studenților atât la orele de curs, cât și în activitatea independentă.</p> <p>Gradul suficient de cunoaștere a limbii engleze va înlesni accesul studenților la literatura științifică originală, oferindu-le astfel posibilitatea documentării adecvate și selectării informației necesare pentru desfășurarea activității de cercetare atât în cadrul masteratului, cât și în cadrul proiectelor științifice ulterioare.</p> <p>Necesitatea studierii limbii engleze în cadrul masteratului este determinată de circumstanțele reale ale evoluției procesului de cercetarea științifică, de extinderea colaborării internaționale în sfera științifică.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>a) generale</p> <p>Activitatea masteranzilor va fi subordonată formării următoarelor competențe:</p> <ul style="list-style-type: none">• comunicarea orală și scrisă, vizînd activitatea profesională și cea științifică a masteranzilor;• consolidarea capacităților de analiză și sinteză a informației conținute într-un discurs științific;• oltarea abilităților de înțelegere și producere a mesajelor specializate;• actualizarea cunoștințelor de ordin lingvistic și cultural, cu adaptarea respectivă la contexte specifice;						

<p>cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • achiziționarea graduală a lexicului specializat în vederea exploatării ulterioare în activitatea profesională și cea științifică; • perfecționarea competențelor de transfer (de traducere) din limba străină în limba maternă și invers a textelor de specialitate. <p>Astfel, activitatea masteranzilor va fi orientată spre dezvoltarea și consolidarea competențelor multiple, necesare în exercitarea eficientă a comunicării orale și scrise. Se preconizează ca spre sfârșitul studiilor postuniversitare, masteranzii să poată aplica competențele și priceperile achiziționate, atât în cadrul studiilor universitare, cât și pe parcursul studiilor în cadrul școlii doctorale, din perspectiva celor patru deprinderi integratoare pe care se bazează procesul de studiere a limbii străine: înțelegerea mesajului oral, înțelegerea mesajului scris, exprimarea orală, exprimarea scrisă.</p> <p>b) specifice</p> <p>Înțelegerea mesajului oral</p> <p>Masterandul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să demonstreze disponibilitatea pentru receptarea auditivă a diferitelor tipuri de mesaje; • să interpreteze adecvat mesajele orale emise de interlocutor; • să înțeleagă și să reproducă în mod rezumativ un mesaj specializat audiat; • să selecteze informația relevantă dintr-un discurs științific, dintr-o discuție pe teme profesionale; • să identifice tema și ideile principale în cadrul unor dezbateri și discuții în grup; • să sesizeze semnificația comunicărilor prezentate în cadrul unor simpozioane conferințe științifice; <p>să pătrundă conținutul filmelor documentare și de popularizare a științei, vizionate în scopuri profesionale.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Înțelegerea mesajului scris</p> <p>Masterandul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> □ să depisteze informația relevantă dintr-un text citit și să deducă semnificația globală a mesajului; □ să parcurgă rapid un text în scopul relevării elementelor esențiale ce ar răspunde interesului imediat de ordin personal și profesional; □ să caracterizeze, în baza conținutului textului, faptele, evenimentele și fenomenele lingvistice pertinente, caracteristice textului dat; □ să determine cuvintele-cheie ale textului, inclusiv termenii de specialitate; □ să extragă informația necesară pentru a completa arsenalul cunoștințelor din domeniul aferent specialității; □ să selecteze informații, idei, opinii din surse specifice în scopul documentării și utilizării ulterioare în activitatea științifică (din monografii, reviste de specialitate, documente etc.). <p>Exprimarea orală</p> <p>Masterandul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> □ să construiască un mesaj logic și coerent, respectând normele de pronunțare și intonație, specifice limbii engleze în vederea asigurării inteligibilității lui; □ să reproducă conținutul unui dialog, al unui text audiat sau citit, mobilizând conectorii logici ai limbajului, însușiți pe parcurs; □ să întrețină o discuție pe marginea unui subiect, a unei teme, să participe la dezbateri consacrate unei situații problematice; □ să formuleze clar propriile opinii și atitudini, argumentându-și punctul de vedere cu privire la chestiunile abordate; □ să relateze despre specialitatea aleasă, despre propriile activități, despre rezultatele obținute și proiectele de perspectivă în domeniul profesional și științific; □ să expună rezumativ un text de specialitate, să facă adnotarea unui articol, să comenteze conținutul unui document; □ să argumenteze pe scurt anumite opinii, proiecte, acțiuni, stări, fenomene, evenimente; □ să prezinte un expozeu pe un subiect de specialitate în mod clar și coerent,

	<p>evidențind aspectele semnificative.</p> <p>Exprimarea în scris Masterandul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> să producă texte coerente, în limba engleză, respectând rigorile de structurare a comunicării scrise și antrenând conectorii logici cunoscuți; să redacteze un curriculum vitae, un demers, o solicitare de informații, diferite tipuri de scrisori (de motivare, de recomandare, de invitație, de mulțumire etc.) în limba engleză; să elaboreze rezumatul unui text ce ține de domeniul profesional și științific; să scrie referate în limba engleză ce abordează o temă de specialitate, sintetizând datele culese din diferite surse; să transpună în limba maternă mesaje, fragmente extrase din lucrări ce țin de domeniul specialității, din articole cu caracter științific; să producă treceri în reviste, comunicări, eseuri, în care sînt abordate anumite probleme de specialitate; să elaboreze adnotări, recenzii la monografiile și articole științifice în limba engleză. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	L/P	LI
	1	From the history of Tourism	6	2		4
	2	Tourism Management	8	2		6
	3	Tourism Management -Types	8	2		6
	4	Tourism management-Terminology	6	2		4
	5	Tourism management - Factors Affecting	8	2		6
	6	Tourism Management-Demand	8	2		6
	7	Motivation Factors of the Tourists	8		2	6
	8	Tourism Management-Consumer Behavior	8		2	6
	9	Tourism management -Milieus	8		2	6
	10	Tourism management-Destination	8		2	6
	11	Tools for Destination Management	8	2		6
	12	Tourism management-Supply	8	2		6
	13	Tourism Functional Management	8	2		6
	14	Business Departments	8		2	6
	15	Market Segmentation	8		2	6
	16	Products and Services	8		2	6
	17	Tourism management- Impacts, Trends and Future.	10	2	2	6
	18	Revision	8		2	6
19	Final test	8		2	6	
Total	150	20	20	110		
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul</p>					

	<p>de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Obiectul de bază al examenului la limba engleză constă în aprecierea nivelului și a calității reale a cunoștințelor și competențelor pe care studentul-doctorand le stăpânește. Examenul va fi axat pe verificarea:</p> <p>a) competențelor lingvistice, care presupun cunoașterea sistemului lingvistic al limbii studiate, la toate nivelurile indispensabile comunicării: fonetica, gramatica (morfologia, sintaxa), lexicul, stilurile funcționale;</p> <p>b) competențelor de transfer (traducere), presupunând ansamblul de abilități și deprinderi ce ar permite doctorandului să reexprime în limba maternă conținutul unui mesaj scris;</p> <p>c) competențelor de analiză și sinteză a informației, care presupun capacitatea de abordare critică, adnotare, recenzare, rezumare a documentelor autentice;</p> <p>d) competențelor comunicativ/discursive, care presupun materializarea competențelor lingvistice achiziționate anterior în situații comunicative concrete.</p> <p>Evaluarea va cuprinde trei probe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Traducerea în scris, cu ajutorul dicționarului din limba engleză în limba maternă, a unui text original de specialitate cu tematică din turismului (volum –2000 de semne); 2. Expunerea rezumativă a unui text de popularizare științifică cu exprimarea ulterioară a opiniei personale; 3. Conversație în limba engleză. <p>În cadrul primei probe de concurs, masterandul va demonstra deprinderi de traducere consecutive a textelor de specialitate, precum și deținerea unui anumit nivel de cunoștințe teoretice vizînd: particularitățile stilului științific, structura termenilor științifici, particularitățile simbolurilor matematice, chimice, fizice. Masterandul va demonstra cunoașterea tehnicilor de traducere a textelor de specialitate. Criteriile de evaluare vor fi: corectitudinea morfosintactică, adică recunoașterea mecanismului gramatical și traducerea corectă a acestuia; stăpînirea unui limbaj specializat în limba maternă.</p> <p>Proba a doua are drept scop verificarea capacității de înțelegere și de sintetizare a mesajului scris. Masterandul va demonstra deprinderi de lectură critică a documentelor autentice și de elaborare în baza acestora a unor texte coerente sub formă de rezumat sau adnotări. În procesul evaluării se va pune accentul pe capacitatea masterandului de a selecta informația relevantă, de a produce un text încheiat, cu exprimarea adecvată a raporturilor logice, cu evidențierea concluziilor personale.</p> <p>Proba a treia va fi axată pe verificarea competențelor comunicative, constînd în desfășurarea unei discuții pe marginea celor cinci subiecte indicate în Curriculum, masterandul va trebui să demonstreze deprinderi de vorbire monologată și dialogată, să dea dovadă de fluentă și corectitudine în exprimare.</p> <p>Timpul rezervat pentru pregătirea răspunsului – 60 minute.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>

Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none">1. BANTOȘ, A. dicționar englez-român, român-englez, Teora, 2005.2. CIUCIUC, O., TĂNĂSESCU, E. Curs de engleză generală- English for all Walks of Life, Teora, 20023. HORNBY, S.A. Oxford Progressive English Course, Oxford University Press, 19954. LEVIȚCHI, L. Dicționar englez- român 100+1 Gramar, 20005. MURDOCH-STERN, S. Engleza pentru călătoriile de afaceri. Ghid practic, Editura Teora, 20066. MURDOCH-STERN, S. Engleza pentru vizite de afaceri și relații sociale. Ghid practic, Editura Teora, 2005 <p>PLATON, N. Managementul serviciilor turistice. Chișinău: Asociația Națională a Agențiilor de Turism, 2010. 156 p.</p>
--------------------------------	--



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Formarea profesională și a carierei în turism					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.01.O.005	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- orientare spre specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Formarea profesională și a carierei în turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ postuniversitar, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul disciplinar „Formarea profesională și a carierei în turism” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili să cunoască noțiunea de model ierarhic și aspectele de activitate a acestuia în etapa practică, aspectele drumului spre cariera profesională în sfera turismului, pregătirea profesională a specialiștilor din sfera turismului în țările dezvoltate ale lumii, tendințele actuale de formare a învățământului turistic profesional, perspectivele și realitățile pregătirii profesionale a specialiștilor din industria turismului în cadrul facultăților de turism din țară ș.a. Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice pentru această disciplină, ce cuprinde cele mai recente inovații legate de esența și conținutul învățământului turistic profesional, procedeele tehnice de ocupare a unui loc de muncă, planificarea carierei în cadrul sistemii de dirijare a personalului ș.a.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul „Formarea profesională și a carierei în turism” va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul învățământului turistic profesional;• Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă și folosirea tehnicilor de						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>negociere, cooperare , colaborare, comunicare în activitățile de grup;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea particularităților de dezvoltare și formare profesională a specialiștilor din domeniu turismului la ora actuală în Republica Moldova; • Elaborarea planificării carierei în cadrul sistemului de dirijare a personalului ș.a.; • Utilizarea și implementarea diverselor colaborări cu cadre didactice și cu managerii instituțiilor de învățământ, studierea și informarea permanentă cu practici și teorii noi pe care să le implementeze în activitățile sale de viitori specialiști în domeniu • Autoevaluarea obiectivă pe parcursul activității profesionale cu scopul pregătirii viitorilor specialiști integrați pe piața națională a turismului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe pe piața turistică pe diferite regiuni câmpul muncii; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii. • Asigurarea unui climat eficient a departamentului de formare profesională a specialiștilor din domeniu turismului 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <p>⇒ să cunoască, esența și conținutul învățământului turistic profesional;</p> <p>⇒ să cunoască procedeele tehnice de ocupare a unui loc de muncă;</p> <p>⇒ să caracterizeze metodele de apreciere a candidaților pentru locul vacant;</p> <p>⇒ să identifice care sunt fazele funcționale ale carierei profesionale în sfera turismului;</p> <p>⇒ să cunoască care este modelul ierarhiei conținutului profesional al turismului;</p> <p>⇒ să caracterizeze activitatea turistică ca tendință socială.</p> <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>➤ să determine care este drumul spre cariera profesională;</p> <p>➤ să elaboreze un scenariu, pentru un interviu;</p> <p>➤ să analizeze și să explice procesul de recrutare a resurselor umane;</p> <p>➤ să determine specificul concurenței în sfera turismului;</p> <p>➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul practicii.</p> <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul învățământului turistic profesional; ▪ să îmbine latura teoretică cu latura practică; ▪ să utilizeze diverse metode de recrutare a resurselor umane (metoda interviu, recomandare ș.a); ▪ să respecte cerințele de bază în fazele funcționale ale carierei. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Esența și conținutul învățământului turistic profesional.</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>6</p>
<p>2</p>		<p>Aprecierea completă a lucrului în contextul carierei și dirijarea, (conducerii) a personalului</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>
<p>3</p>		<p>Procedeele tehnice de ocupare a unui post de muncă.</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>12</p>
<p>4</p>		<p>Ierarhia profesională</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>
<p>5</p>		<p>Evaluarea performanței și gestiunea carierei în sfera turismului.</p>	<p>18</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>14</p>
<p>6</p>		<p>Pregătirea profesională a specialiștilor din industria turismului în țările dezvoltate ale lumii.</p>	<p>18</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>14</p>
<p>7</p>		<p>Tendențele actuale de formare a</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>12</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		învățământului turistic profesional				
	8	Realitățile și perspectivele pieței pregătirii profesionale a specialiștilor din industria turismului.	14		4	10
	9	Problemele actuale în coordonarea pregătirii profesionale a specialiștilor din industria turismului	14		4	10
	10	Aspecte practice privind cariera	16		4	12
	Total		150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aurel Gheorghilaș, <i>Geografia turismului</i>, editura universitară. București 2014. 2. Boiers H. Bosh M., <i>Viitorul nostru comun</i>, Institute for Environmental Communications and Netherlands, 1993. 3. WTO. Joint seminar on tourism and environmental protection, Heidelberg, Germany, 1996. 4. Александрова Анна, <i>Международный туризм</i>, Учебник АСПЕНТ 					

ПРЕСС Москва. 2014.

5. Воскресенский Владимир, *Международный туризм*, - 2-е изд. Москва. ЮНИТИ-ДАНА, 2008. Москва.

6. Зорин В.И, Зорин А.И. Профессиональное образование и карьера в туризме, Москва, 2005.

7. Квартальнов В. *Иностранный туризм*. Москва. Финансы и статистика, 2013.

8. Квартальнов В.А. Теория и практика туризма, Москва, 2000.

9. Кротенко Юрий, *Международный туризм Молдовы проблемы его развития*, Кишинёв. 2008.

10. Рябова И.А., Карягин Ю.О. Опубликовано: Материалы международной научно-практической конференции «Педагогические и рекреационные технологии в современной индустрии досуга». К., 2004.

11. Сакун Л.В. Теория и практика *подготовки специалистов сферы туризма* в развитых странах мира. К.: МАУП, 2004. 399 с.

12. Сенин Виль, *Организация Международного туризма*, Учебник, Москва. Финансы и статистика, 2010.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Gestiunea serviciilor turistice și de agrement					
Titularul cursului		Spataru Tatiana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.01. O.006	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- componentă de orientare spre specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Cursul „Gestiunea serviciilor turistice și de agrement” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de studii ciclul II pentru pregătirea specialiștilor în domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Studiul disciplinei „Gestiunea serviciilor turistice și de agrement” din cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport are ca scop să contribuie la formarea și dezvoltarea capacității studenților de a cunoaște aspectele conceptuale privind serviciile turistice și de agrement, elementele funcționale ale ofertei turistice, oferta turistică și formarea prețurilor în turism, caracteristicile serviciilor turistice și de agrement, promovarea serviciilor turistice, distribuția produselor turistice, metode de colaborare cu intermediarii turistici, cât și rolul și importanța statului în activitatea turistică, etc. de a formula și înțelege situația și tendințele moderne, precum și la înzestrarea cu un set de competențe, valori și atitudini menite să asigure o integrare profesională optimă. Prezenta ofertă a curriculumului este în acord cu noua opțiune didactică ce derivă din idealul educațional, din schimbările de tip economic și social care afectează inclusiv învățământul superior, precum și din necesitatea de a echilibra aceste schimbări prin acțiuni coerente care să nu perturbe sistemul, ci să-l dirijeze pe o linie ascendentă.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A identifica și descrie programele, evenimentele organizate în cadrul prestării serviciilor turistice și de agrement; • A identifica procesul de execuție a operațiunilor de promovare și vânzare a serviciilor turistice și de agrement; • A identifica și defini metodele și tehnicile de culegere analiză și interpretare a 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>datelor referitoare la o problemă din domeniul de activitate a serviciilor turistice;</p> <ul style="list-style-type: none"> • A descrie procesul de organizare a serviciilor turistice și agrement; • A aplica tehnici de comunicare eficientă în promovarea și distribuția serviciilor turistice. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A aplica metodele, tehnicile și instrumentele pentru cercetarea pieței turistice; • A elabora studii referitoare la organizarea activităților din domeniul serviciilor turistice și agrement; • A identifica criteriile de selecție și aplicare a variantei adecvate pentru culegerea și analiza datelor privind evoluția pieței turistice și serviciilor turistice; • A efectua o analiză comparativă a activității de organizare în domeniul serviciilor turistice și agrement; • A aplica acțiuni de organizare și desfășurare a serviciilor turistice și de agrement. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii Gestiunea serviciilor turistice și de agrement; - să cunoască etapele dezvoltării serviciilor turistice și de agrement; - să cunoască conținutul și structura prestației serviciilor turistice; - să identifice tipologia serviciilor de agrement; - să identifice caracteristicile serviciilor turistice; - să caracterizeze locul și rolul serviciilor turistice în activitatea de turism. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța serviciilor turistice pentru industria turistică; - să efectueze analiza profesională a serviciilor turistice și agrement; - să propună promovarea serviciilor turistice pe alte segmente de piață; - Să cerceteze calitatea serviciilor turistice și agrement; - să determine modalitățile de clasificare a serviciilor turistice; - să analizeze nivelul de prestații a serviciilor turistice. <p><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să planifice proiectarea unui serviciu turistic; - să rezolve studii de caz cu tematică din domeniu; - să argumenteze rolul și importanța statului în cadrul desfășurării serviciilor turistice; - să argumenteze scopul și obiectivele în selecția serviciilor turistice; - să argumenteze rolul și importanța formării prețurilor în cadrul prestării serviciilor turistice. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Conținutul și elemente definatorii ale serviciilor turistice</p>	<p>8</p>	<p>2</p>		<p>6</p>
<p>2</p>		<p>Particularitățile și tipologia serviciilor turistice</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>8</p>
<p>3</p>		<p>Modalități de clasificare a serviciilor turistice</p>	<p>8</p>	<p>2</p>		<p>6</p>
<p>4</p>		<p>Elementele funcționale a cererii și ofertei de servicii turistice</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>8</p>
<p>5</p>		<p>Particularitățile serviciilor turistice și de agrement</p>	<p>12</p>		<p>2</p>	<p>10</p>
<p>6</p>		<p>Formarea prețurilor în oferta serviciilor turistice și de agrement</p>	<p>10</p>	<p>2</p>		<p>8</p>
<p>7</p>		<p>Forme și mijloace de promovare a</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>6</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		serviciilor turistice și agrement				
	8	Modalități de clasificare a serviciilor turistice	10	2	2	6
	9	Conținutul și structura prestației serviciilor turistice și de agrement	14		4	10
	10	Asigurarea calității în prestarea serviciilor turistice și de agrement	12		4	8
	11	Formarea prețurilor în oferta serviciilor turistice și de agrement	10		2	8
	12	Distribuția serviciilor turistice și de agrement	10		2	8
	13	Rolul serviciilor turistice și de agrement pe piața turistică	12		2	10
	14	Metode de colaborare cu intermediarii turistici privind prestarea serviciilor turistice și de agrement	10		2	8
	Total		150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<p>1. Legea cu privire la organizarea și desfășurarea activității turistice în Republica Moldova. Nr. 352 din 24.11.2006. Publicat: 02.02.2007 în Monitorul Oficial Nr. 14-17, art. Nr : 40.</p> <p>10. Epuraș O., Corețchi B. Situacion actual de la acuicultura en contexto mundial. În: Materialele simpozionului științific internațional, Sectorul serviciilor în secolul XXI: realizări, probleme, perspective, USM, Chișinău, 2010, p. 59-66., 0,4 c.a. ISBN 978-9975-70-945-3.</p> <p>11. Lupu N., Strategia de concentrare a întreprinderilor de turism, București, 2003</p> <p>12. Neagu V., Managementul turistic și al serviciilor turistice, Ed. Sylvi, București, 2002</p> <p>13. Nedelea Alexandru, Politici de marketing în turism, Editura Economica, București, 2003</p> <p>14. Nistoreanu, Puiu, Managementul în turism și servicii, Editura A.S.E. București, 2015</p> <p>15. Sârbu O., Corețchi B. Aprecierea economică a locului și rolului serviciilor în economia Republicii</p> <p>16. Snak O., Baron P., Neacsu N., Economia turismului, Ed. Expert, 2001, reeditata ed. Prouniversitaria 2009</p> <p>17. Stănciulescu, Gabriela, Managementul operațiunilor de turism, București, ALL BECK, 2003</p> <p>18. Stănescu D., Strategii de dezvoltare în turism, Ed. Premier, Ploiești, 2006</p> <p>19. Turcov E., Direcții de dezvoltare și promovare a turismului în Republica Moldova, Complexul Editura-poligr. al A.S.E.M., Chișinău 2002</p> <p>2. Borza M. Marketing turistic sustenabil. Editura Tehnopres, Iași, 2014, 176 p., 2.</p> <p>20. Корецкий Б., Корякин С., Корлэтяну В. Особенности продвижения вина на рынок. În: Materialele simpozionului științific internațional, Sectorul serviciilor în sectorul XXI: realizări, probleme, perspective, USM, Chișinău, 2010, p. 106-112., 0,4 c.a. ISBN 978-9975-70-945-3.</p> <p>22. Корецкий Б., Чайковский А. Методические указания по организации и проведению практики по специальности I для студентов специальности 812.1 – Туризм. МГУ, Кишинэу: СЕР USM, 2018, 42 с., 0,90 п.л.</p> <p>23. Gheorghe A. Managementul serviciilor 2009 Editura Eficon Press.</p> <p>3. Cristureanu C., Strategii și tranzacții în turismul internațional, Ed. C.H. Beck, București, 2006, 434 p.</p> <p>4. Miron Viorel, Studiu de evaluare a implementării Planului de Acțiuni Republica Moldova – Uniunea Europeană în domeniul turismului, Chișinău, 2016</p> <p>5. Neagu V., Managementul calității serviciilor turistice. Ed. Prouniversitaria 2007</p> <p>6. Turcov E., Coordonarea turismului, Editura ASEM, Chișinău, 2006</p> <p>7. Корецкий Б., Чайковский А. Туристические услуги: Курс лекций. Кишинэу: Молдавский государственный университет. СЕР USM, 2019, 179 с., 15,0 п.л.</p> <p>8. Balasoiu V., Dobanda E., Snak O., Managementul calității produselor și serviciilor în turism, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara, 2013</p> <p>9. Diaconu, Mihaela; Hanciu, Nina; Iordache, Carmen, Turism: aplicații și studii de caz, Pitești, Independența Economică, 2012</p> <p>Moldova. În: Analele Științifice, UCCM. Chișinău, 2012, Vol. al X-lea, p. 34-41, 0,6 c.a. ISSN 1857-1239.</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Managementul proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F02.O.007	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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Managementul proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ universitar, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul disciplinar „Managementul proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a elabora, implementa, monitoriza, controla și evalua proiecte de dezvoltare în domeniul turismului, coordonarea unei echipe de proiect, soluționarea problemelor care pot apărea pe parcursul derulării proiectului, întocmirea raportului proiectului, întocmirea documentației necesare realizării proiectului, cunoașterea proceselor specifice managementului proiectelor etc.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului..</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">▪ Parcurgerea și asimilarea unor informații generale cu privire la managementul proiectelor (cu precădere a celor turistice);▪ Dezvoltarea abilităților de redactare a proiectelor (cu precădere a celor turistice);▪ Cunoașterea contextului general al finanțărilor de proiecte în domeniul turismului, respectiv în mod particular al finanțărilor din fonduri naționale și europene;▪ Consiliere și asistență prin elaborarea de proiecte turistice care răspund problemelor concrete ale clienților;						

<p>cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Descrierea conceptelor și principiilor evidenței contabile aplicate în finanțarea activităților de comerț, turism, servicii, precum și a metodologiei și indicatorilor de fundamentare a alocării resurselor; ▪ Fundamentarea necesarului de resurse materiale și financiare în raport cu cerințele volumului și eficienței organizațiilor de comerț, turism, servicii; ▪ Participarea la fundamentarea de studii de fezabilitate și fezabilitate a investițiilor pentru domeniul turistic. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Îndeplinirea responsabilă a sarcinilor profesionale, cu respectarea principiilor eticii activității științifice; ▪ Însușirea unor competențe de lucru în echipă cu delegarea sarcinilor și coordonarea eforturilor într-un context general de respectare a termenelor stabilite; ▪ Identificarea, utilizarea și adaptarea unor metode și tehnici eficiente de învățare; valorizarea și stimularea învățării continue. ▪ Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei; ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ să cunoască și să înțeleagă noțiunile cheie specifice managementului proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului; ⇒ să cunoască cum pot fi soluționate unele probleme practice, specifice elaborării și implementării proiectelor; ⇒ să caracterizeze etapele de derulare a proiectelor; ⇒ să identifice specificul utilizării resurselor umane în realizarea proiectelor; ⇒ să identifice funcțiile managementului în cadrul proiectelor organizaționale. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să conștientizeze importanța proiectelor pentru industria turistică; ➤ să efectueze analiza propunerilor de proiecte; ➤ să dezvolte capacitățile de organizare a unei echipe pentru realizarea proiectelor în domeniul turismului; ➤ să elaboreze un proiect model pentru industria turistică din Republica Moldova; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în cadrul proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ organizarea activităților și proceselor în cadrul proiectelor turistice; ▪ trezirea interesului și dorinței de a se încadra în realizarea unor proiecte de dezvoltare în turism; ▪ conducerea ședințelor și gestiunea sistemului informațional al proiectului; ▪ analiza fezabilității proiectului. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Aspecte generale privind managementul proiectelor</p>	<p>6</p>	<p>2</p>		<p>4</p>
<p>2</p>		<p>Planificarea activităților proiectului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>		<p>4</p>
<p>3</p>		<p>Asigurarea resurselor operaționale ale proiectului</p>	<p>8</p>	<p>2</p>		<p>6</p>
<p>4</p>		<p>Managementul echipei de proiect și comunicarea în cadrul proiectului</p>	<p>8</p>	<p>2</p>		<p>6</p>
<p>5</p>		<p>Managementul calității proiectului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>		<p>4</p>
<p>6</p>		<p>Concepție de proiect</p>	<p>8</p>		<p>2</p>	<p>6</p>
<p>7</p>		<p>Elaborarea propunerii de proiect</p>	<p>8</p>		<p>2</p>	<p>6</p>
<p>8</p>		<p>Managementul comunicării în proiecte</p>	<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	9	Managementul resurselor umane în proiecte	10		2	8
	10	Elemente de conținut ale proiectelor cu finanțare externă	10		2	8
	11	Finanțarea proiectelor și managementul financiar	8		2	6
	12	Achizițiile publice în cadrul proiectelor	8		2	6
	13	Managementul implementării și evoluției proiectului	6		2	4
	14	Monitorizarea, evaluarea și finalizarea proiectelor	8		2	6
	15	Managementul riscului	10		2	8
	16	Prezentarea unui set de documente aferent unei sesiuni de depuneri proiecte în domeniul turismului.	6		2	4
	17	Analizarea set-ului de documente aferent unei sesiuni de depuneri proiecte în domeniul turismului.	6		2	4
	18	Analiza listelor proiectelor de dezvoltare în domeniul turismului câștigătoare din anii precedenți.	6		2	4
	19	Prezentarea structurilor de proiecte turistice ale masteranzilor, realizate pe structura unei cereri de finanțare standard.	10		2	8
	20	Prezentare și analizare model proiect turistic implementat în Republica Moldova în ultimii 3 ani.	8		2	6
Total			150	10	30	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Abrudan M. Managementul proiectelor. Note de curs. Oradea, 2011. 2. Androniceanu A. Managementul proiectelor cu finanțarte externă. Editura economică, 2014. 3. Bârgăoanu A. Managementul Proiectelor. Curs. București: Editura Comunicare, 2016. 4. Bibu N., Brândaș C. Managementul prin proiecte. Timișoara: Editura Mirton, 2005. 5. Constantinescu D., Nistorescu T. Managementul proiectelor. Fundamente, metode, tehnici. Craiova: Editura Sitech, 2008. 6. Cruceru A., Zirra D., Munteanu A. Managementul proiectelor: suport de curs. București: Editura Universitară, 2012. 122 p. 7. Dăneț A. Managementul proiectelor. Brașov: Editura Disz tipo, 2011. 8. Guidelines for Sustainable Cultural Tourism in Historic Towns and Cities – European Association Historic Towns & Regions, 2009 9. Haheu-Munteanu E. Elaborarea proiectelor educaționale. Chișinău: S.N., 2016. 100 p. 10. Ionică M. Manager de proiect. Ghidul profesionistului. București: Editura Centrul de pregătire profesională în cultură, 2018. 11. Kerzner H. Management de proiect. O abordare sistemică a planificării, programării și contractului activității de proiect. București, 2010. 12. Levine H. Practical Project Management. Tips, Tactics and Tools, Ed. Wiley & Sons, New York, 2012. 13. Lock D. Management de proiect. București: Editura CODECS, 2013. 14. Managementul Proiectelor – Suport de curs, Schultz Consulting, 2008. 15. Managementul Proiectului - Curs, Facultatea de Comunicare si Relații Publice „DavidOgilvy“. 16. McCollum J., Banacu C. Management de proiect, o abordare practică. București: Editura Universitară, 2015. 17. Mocanu M., Schuster C. Managementul proiectelor. Ed. CH Beck, 2005. 18. Mochal T. Lecții de management de proiect. București: Editura Codecs, 2006. 19. Newton R. Management de proiect - Pas cu pas. București: Editura Meteor Pres, 2007. 20. Nistor R., Munteanu V. Managementul proiectelor europene. Cluj / Napoca: Editura EIKON, 2013. 21. Pantea M. Analiza strategică – suport al deciziilor investiționale, ediția a II-a. Timișoara: Editura Universității de Vest, 2008. 22. Pantea M., Munteanu V., Ștefea P., Pirtea M. Managementul prin Proiect. Dezvoltarea capacităților, 2016. 23. Pascu R. Managementul echipelor de proiect, 2011. 24. Pîrvu I. Managemntul proiectelor. 25. Practical Guide to NGO's Project Preparation and Management – Emergences Formation Conseil Expertises, 2016. 	

- | | |
|--|---|
| | <p>26. Project Cycle Management Guidelines vol.1 / Aid Delivery Methods – European Commission, 2014.</p> <p>27. Project Management T-kit - Council of Europe DG IV and European Commission, 2017.</p> <p>28. Radu V. Managementul proiectelor. București: Editura Universitară, 2008.</p> <p>29. Turner R., Simister S. Manual Gower de management de proiect. București: Editura Codecs, 2014.</p> |
|--|---|



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Managementul întreprinderilor de turism sportiv					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.O.008	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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Managementul întreprinderilor de turism sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Furnizarea de cunoștințe, abilități și competențe specifice managementului întreprinderilor de turism sportiv.2. Cunoașterea tendințelor de reglementare în baza legislației a întreprinderilor de turism sportiv.3. Demonstrarea de capacități în adoptarea deciziilor de conducere a întreprinderilor din domeniul turismului sportiv.4. Colectarea, prelucrarea și sintetizarea informațiilor necesare activității întreprinderilor din domeniul turismului sportiv. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii efectuate în cadrul întreprinderilor de turism sportiv; • Elaborarea și gestionarea documentelor necesare întreprinderilor de turism sportiv (stații orășenești a tinerilor turiști, baze de odihnă, federații cu profil turistic etc.); • Stabilirea mediului de marketing a întreprinderilor de turism sportiv; • Proiectarea de strategii pentru dezvoltarea întreprinderilor de turism sportiv. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de organizare și dirijare a întreprinderilor de turism sportiv; • Aplicarea tehnicilor de muncă în echipă, în cadrul întreprinderilor de turism sportiv, corespunzătoare diverselor paliere ierarhice; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să cunoască, particularitățile industriei turistice și întreprinzătorii specifici ai acesteia; să cunoască baza normativă care reglementează activitatea întreprinderilor de turism sportiv; să caracterizeze strategiile de dezvoltare a întreprinderilor de turism sportiv; să identifice particularitățile cluburilor turistice sportive din țară; să cunoască specificul pregătirii profesionale a managerului întreprinderilor de turism sportiv; <input type="checkbox"/> să caracterizeze documentele necesare întreprinderilor de turism sportiv (stații orășenești a tinerilor turiști, baze de odihnă, federații cu profil turistic etc.). <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine perspectivele de dezvoltare a întreprinderilor de turism sportiv din Republica Moldova; ➤ să elaboreze un set de servicii pentru o „Călătorie turistică cu caracter sportiv”; ➤ să analizeze și să explice procesul de organizare și desfășurare a unei „Măsuri turistice de masă”; ➤ să determine bazele tehnice și normative de asigurare a securității în sfera turismului sportiv; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul practicii. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența activității întreprinderilor de turism sportiv; ▪ să îmbine latura teoretică cu latura practică; ▪ să elaboreze proiecte ce țin de activitatea întreprinderilor de turism sportiv; ▪ să respecte cerințele de bază în asigurarea securității în timpul desfășurării activităților turistice sportive. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Tendențe de dezvoltare și reglementare a activității întreprinderilor de turism sportiv	6	2		4
	2	Particularitățile cluburilor turistice sportive din țară	8	2		6
	3	Structura și activitatea întreprinderilor de turism sportiv	6	2		4
	4	Particularitățile formării și promovării	10	2		8

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		tururilor sportive în cadrul întreprinderilor de turism					
	5	Mediul de marketing a întreprinderilor de turism sportiv	8	2		6	
	6	Relațiile manager-subordonați în cadrul întreprinderilor de turism sportiv	6	2		4	
	7	Performanța financiară a întreprinderilor de turism sportiv	8	2		6	
	8	Caracteristica generală a turismului sportiv în Republica Moldova	6		2	4	
	9	Bazele normativ-juridice de gestionare a întreprinderilor de turism sportiv	6		2	4	
	10	Structura și caracteristicile pieței turismului sportiv a Republicii Moldova	8		2	6	
	11	Principalele componente și factorii care afectează proiectarea produsului turistic sportiv în cadrul întreprinderilor de turism	8		2	6	
	12	Asigurarea calității produselor turistice sportive în cadrul întreprinderilor de turism	6		2	4	
	13	Tehnologia de elaborare a serviciilor pentru o „Călătorie turistică cu caracter sportiv”	8		2	6	
	14	Particularitățile de elaborare, organizare și desfășurare a unei „Măsuri turistice de masă” de către întreprinderile de turism	8		2	6	
	15	Bazele organizatorice-metodice ale întreprinderii de turism sportiv pentru proiectarea serviciilor turistice pentru „tabăra de odihnă și tabăra cu corturi).	8		2	6	
	16	Perspectivile dezvoltării turismului social pe baza cluburilor turistice sportive	8		2	6	
	17	Caracteristicile potențialului turistic sportiv al Republicii Moldova, condițiile pentru crearea de destinații turistice pentru turismul sportiv	8		2	6	
	18	Planificarea afacerilor în sistemul de formare și promovare a produs turistic sportiv	8		2	6	
	19	Bazele tehnice și normative de asigurare a securității în sfera turismului sportiv	8		2	6	
	20	Asigurarea securității în timpul desfășurării activităților turistice sportive	8		2	6	
		Total		150	14	26	110
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât</p>					

	<p>în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 activității de management a întreprinderilor de turism sportiv și a activităților desfășurate și coordonate de acestea.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bacanu B. Management strategic în turism. Concepte și studii de caz. Editura polirom, 2009. 352 p. 2. Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p. 3. Tuclea Claudia-Elena, Dragos-Constantin V., Bulin D. Administrarea întreprinderii de comerț, turism, servicii. Culegere de studii de caz, exerciții, teste. Editura ASE, 2020. 120 p. 4. Адельсеитова Э., Абдураимова Э. Стратегическое управление предприятиями индустрии туризма. Культура народов. Причерноморья, 2012. №235, с.7-8. 5. Алексеев С. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий. Учебник. Москва, 2014. 6. Антипина Э., Благово В., Воробьев В., Груздева Г., Кржижановский С. Спортивный туризм. Санкт Петербург: Международный благотворительный фонд «Серебрянный век», 2015. 7. Веткин В. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 208 с. 8. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с. 9. Грицак Ю. Организация самостоятельного туризма. Учебное пособие для студентов специальности «туризм». Харьков: Экограф, 2008. 164 с. 10. Дурович А., Кабушкин Н., Сергеева Т. Организация туризма. Учебное пособие. Минск: Новое знание, 2003. 632 с. 11. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 	

с.

12.Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с.

13.Переверзин И. Менеджмент спортивной организации: Учебное пособие. Москва: Физкультура и Спорт, 2006.

14.Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет», Липецк, 2007.

15.Скобкин В.В. Менеджмент в туризме: учебник и практикум для академического бакалавриата 2-е изд., испр. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2017. 445 с.

16.Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.

17.Талай В. Менеджмент спорта и туризма. Витебск: ВГУ имени Машерова, 2016.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologia operațiunilor de turistice					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F.02.O.009	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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia operațiunilor de turism” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților ciclul II masterat, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la catedra Natație și Turism, Universitatea de Stat de Educație fizică și Sport .</p> <p>Transformările profunde ce au loc în societatea contemporană, impun noi rigori și obiective instituției superioare de învățământ. Astfel Curriculumul disciplinei „Tehnologia operațiunilor de turism” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenorialului turistic, în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu, servicii hoteliere, turism și agrement</p> <p>Sarcina tehnologia operațiunilor de turism este de-a organiza deservirea la un nivel înalt a turiștilor, care dispun de serviciile firmelor și a rețelelor de agenții turistice, abordarea complexă a elaborării programelor de deservire a turiștilor locali și străini.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor pe arena						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>internațională și națională în industria turismului;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a peții turistice; • Proiectarea strategiilor manageriale în contexte locale, regionale, naționale și globale; • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori sociale în domeniul turismului; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul turismului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale turismului • Disciplina „<i>Tehnologia operațiunilor de turism</i>” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Aplicarea modalității de întocmire a contractelor în sfera comercializării produselor turistice. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței turistice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii turism (tur-operator, agent de turism, turist, produs turistic, tur, circuit turistic, sejur, pachet turistic, tur-operatori inițiativi, receptivi,); - să identifice deosebiriile dintre tur-operator și tur-agent; - să identifice funcțiile principale ale tur-operatorului; - să identifice criteriile diferitor feluri de deserviri și servicii turistice; - să argumenteze strategiile de promovare a produsului turistic; - să identifice cele 9 metode psihologice ale tratativilor cu furnizorii; - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice conținutul contractului cu clientul, conținutul foii turistice; vaucer; harta tehnologică; - să determine rolul și funcțiile tur-operatorului și agentului turistic; - să alcătuiască o programă de servicii turistice, un itinerar, tur; - să planifice rutele, itinerare turistice, programe de servicii; - să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în domeniul turismului; - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea tur-operatorului. <p align="center"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; - să explice esența și structura activității turistice; - să comunice și să acționeze eficient la încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice, formalitățile turistice; - să analizeze circumstanțele tratativilor, metodele de realizare a hotărârilor posibile, „portretul” partenerului de afaceri; - să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
<p>1 Considerații generale tehnice privind operațiunile de turism</p>			<p align="center">18</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">14</p>
<p>2 Mecanismul funcționării pieții turistice</p>			<p align="center">20</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">16</p>
<p>3 Încheierea contractelor cu furnizorii serviciilor turistice</p>			<p align="center">22</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">16</p>
<p>4 Promovarea produsului turistic, rețelele de desfacere</p>			<p align="center">20</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">14</p>
<p>5 Cataloagele operatorului turistic ca sursă</p>			<p align="center">18</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">14</p>

		principale de informație				
	6	Formalitățile turistice	16	2	2	12
	7	Soluționarea conflictelor, agentului turistic sau ale turistului.	20	2	4	14
	8	Metodele de reclamă, publicitate, expoziții, simpozioane, iarmarmaroace.	18		6	12
	Total		150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17. 2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 3. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSO, 2012.p. 98. 4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p. 5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de 					

curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p.

6.Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32

7.Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217.

8.Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189.

9.Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83.

10.Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161.

11.Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011.

12.Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104.

13.Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2010.

14.Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45.

15.Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Managementul calității în sfera turismului					
Titularul cursului		Spataru Tatiana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02. A.011	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 specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Actualmente, turismul poate fi privit în conținutul său ca o succesiune de servicii (prestații) precum cele de organizare a voiajului, de transport, de odihnă, de alimentație, de recreare etc. Managementul calității presupune o strategie pe termen lung, care determină o îmbunătățire continuă a calității produselor și serviciilor turistice, cu abilitatea conducerii de a satisface și depăși nevoile turiștilor, facilitând mărirea productivității muncii și profitului</p> <p>Cursul „Managementul calității în sfera turismului” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de studii ciclul II pentru pregătirea specialiștilor în domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a USEFS.</p> <p>Studiul disciplinei „Managementul calității în sfera turismului” din cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport are ca scop să contribuie la formarea și dezvoltarea capacității studenților de a cunoaște aspectele conceptuale privind serviciile managementului calității în sfera turismului, elementele funcționale ale ofertei turistice, promovarea serviciilor turistice, distribuția produselor turistice, metode de colaborare cu intermediarii turistici.</p> <p>Prezentul curriculum universitar este un instrument metodic, ce reflectă cadrul general al predării disciplinei „Managementul calității în sfera turismului” și evaluării cunoștințelor studenților. El include trei niveluri comportamentale pe care se bazează formarea profesională: cunoaștere, aplicare și integrare.</p> <p>Curriculum dat presupune reliefarea cadrului conceptual, obiectivelor generale și administrarea unității de curs, precum și descrierea conținutului cursului și a obiectivelor de referință pentru fiecare temă, precum și sugestii privind orientarea activității individuale a studenților. Pentru o însușire mai profundă a disciplinei.</p> <p>Din acest motiv considerăm că curriculumul vizat va constitui un reper teoretic</p>						

	și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea studiilor, rapoartelor de sinteza, operaționale necesare mediului profesional, având la baza cunoașterea, înțelegerea și utilizarea de concepte, metode și instrumente de cercetare, specifice științelor și teoriilor manageriale al industriei turismului; • Aplicarea instrumentarului adecvat pentru rezolvarea problemelor manageriale, vizând relațiile calitative în turism; • A identifica și descrie programele, evenimentele organizate în cadrul prestării serviciilor turistice de calitate; • Analiza oportunităților, stabilirea unei politici privind calitatea la nivelul firmei turistice; • Analiza impactului pe care îl are implementarea unui sistem de management al calității; • A identifica și defini metodele și tehnicile de culegere analiză și interpretare a datelor referitoare la o problemă din domeniul de activitate a serviciilor turistice manageriale de calitate. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor calitative în managementul serviciilor turistice; • Aptitudini de implementare a literaturii de specialitate din domeniul managementului calitativ în turism; • A identifica criteriile de selecție și aplicare a variantei adecvate pentru culegerea și analiza datelor privind evoluția pieței turistice și serviciilor turistice de calitate; • A aplica acțiuni calitative de organizare și desfășurare a serviciilor turistice și de agrement. 					
	Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <p>⇒ să relateze conceptele principale ale disciplinei, managementul calității în sfera turismului;</p> <p>⇒ să cunoască conținutul și structura prestației serviciilor turistice manageriale ale calității;</p> <p>⇒ să identifice tipologia manageriale ale calității;</p> <p>⇒ să identifice caracteristicile manageriale ale calității;</p> <p>⇒ să caracterizeze locul și rolul serviciilor de calitate în activitatea de turism.</p> <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <p>➤ să conștientizeze importanța calității serviciilor turistice pentru industria turistică;</p> <p>➤ să efectueze o analiza profesională a managementului calității în sfera turismului;</p> <p>➤ Să cerceteze calitatea serviciilor turistice și agrement;</p> <p>➤ să determine modalitățile de calitate și clasificarea managementului serviciilor turistice;</p> <p align="center"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să planifice proiectarea managementul calității în sfera turismului; ▪ să rezolve studii de caz cu tematică din domeniu; ▪ să argumenteze rolul și importanța statului în cadrul desfășurării serviciilor turistice de calitate; ▪ să argumenteze scopul și obiectivele în selecția a managementului calității în sfera turismului; ▪ să argumenteze rolul și importanța formării prețurilor în cadrul prestării calității a serviciilor turistice. 				
		N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Calitatea - aspecte conceptuale și	10	2	2	6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		practice. Noțiuni introductive				
	2	Particularitățile managementul calității în servicii turistice	14	2	2	10
	3	Sistemul de management al calității și al calității totale	16	2	2	12
	4	Documentația sistemului de management al calității	14	2	2	10
	5	Prețuri și tarife în industria hotelieră.	16	2	2	14
	6	Planificarea și funcțiile managementului calității	18	2	2	14
	7	Asigurarea calității în prestarea serviciilor turistice și agrement	14	2	2	12
	8	Politica și obiectivele referitoare la calitate serviciilor turistice	14		4	10
	9	Problemele actuale în coordonarea pregătirii profesionale de calitate a specialiștilor din industria turismului	14		4	10
	10	Aspecte practice privind calitate serviciilor turistice	16		4	12
	Total			150	14	26
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Balasoiu V., Dobanda E., Snak O., Managementul calității produselor si serviciilor in turism, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara, 2013 2. Dumitrescu M. Metode de analiza in Rolul calității produsului turistic. Bucuresti, Teora 2010 3. Neagu V., Managementul calității serviciilor turistice. Ed. Pro univer. 2007 4. Gherasim T., Gherasim A., Cercetări de Rolul calității produsului turistic. Bucuresti, Ed. Economica 2012 5. Lupu N., Hotelul, Economie si Management, Ed. All, Bucuresti 2016 6. Cruceru, B., Bica,E. Managementul calității serviciilor turistice, București 7. Florian Gy.L.- Creșterea competitivității firmelor prin raționalizarea managementului vanzărilor-editia a II-a, colecția 8. Management, Editura ASE, Bucuresti ,2014. 9. Stanciu, I., Managementul calității totale, Editura Cartea Universitar_, Bucure_ți,2013 10.Dennis Lock: Minosegmenedsment. Panem, 2015 11.Ciucudean, Managementul calității totale în turism rural, Cluj-Napoca, 2017 12.Berry, Thomas H.: Managing the total quality transformation 13.Liviu Ilieș: Managementul calității totale. Dacia, 2013. www.unwto.org 	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Managementul afacerilor și relațiile publice în turism					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02. A.012	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 specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>În contextul realizării reformelor învățământului din Republica Moldova, curriculumul la disciplina „Managementul afacerilor și relațiile publice în turism” constituie o parte componentă a Planului de învățământ al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, la ciclul II, programa master.</p> <p>Disciplina „Managementul afacerilor și relațiile publice în turism” face parte din planul de învățământ și urmărește scopul familiarizării studenților cu principiile și aspectele manageriale ale afacerilor și negocierilor în diverse domenii, (servicii publice) cu funcțiile comunicării și negocierii, cu metode și tehnici de negociere, cu documentele din sistemul de management al calității în domeniul servicii publice cu negocierii, cu sistemele de asigurare a calității.</p> <p>Transformările profunde și relațiile publice ce au loc în societatea contemporană, impun noi rigori și obiective instituției superioare de învățământ. Astfel Curriculumul disciplinei „Managementul afacerilor și relațiile publice în turism” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenorialului turistic,</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării social-economice. Curriculumul universitar este o premisă a asigurării calității procesului de învățământ în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu, servicii hoteliere, turism și agrement</p>						

	<p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul servicii publice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului în sistemul de management al afacerilor și relațiilor publice; • Abilitatea de autoinstruire a afacerilor și relațiilor a negocierilor comerciale pe arena internațională și națională în industria turismului; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a negocierilor în derularea unei afaceri; • Proiectarea strategiilor manageriale în contextele , tehnici și tactici în tratativele de afaceri comerciale; • Favorizarea soluționării problemelor în sistemul de management al afacerilor și relațiilor de negocieri; • Dezvoltarea abilităților de comunicare în afacerile de turism; • Asigurarea unui management efektiv pe arena negocierilor și afaceri în turism. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina <i>Managementul afacerilor și relațiile publice în turism</i> este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale afacerilor și negocierilor în domeniul servicii publice. • Aprecierea corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute, să poată negocia cu partenerii din diferite domenii.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să fundamenteze conceptele, managementului de afaceri și negocieri; • să determine funcțiile de bază ale managementului în afaceri; • să se familiarizeze cu metodele și tehnicile de afaceri și negocieri; • să cunoască diverse instrumente de afaceri; • să posede tratative și comunicări în cadrul afaceri și negocieri; • să cunoască tipurile de strategii utilizate în afaceri; • să determine caracteristicile unei afaceri; • să identifice aspectele teoretice ale comunicării și a relațiilor publice; • să cunoască principiile de elaborare a actelor oficiale în derularea unei afaceri. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice sistemul procesual al afacerilor și a relațiilor publice; - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării cu publicul; - să determine categoriile și tipurile de strategii utilizate în afaceri - să determine rolul și funcțiile conceptul afaceri, negocierii și clasificarea negocierilor comerciale; - să utilizeze competențele personale și de comunicare în procesul de negociere cu clienții; - să utilizeze competențele, de comunicarea în afacerile de turism; - să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în derularea unei afaceri; - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea managerială. <p><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să manifeste, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; - să explice esența și structura activității afacerilor și negocierilor comerciale în echipa de negociatori;

	<ul style="list-style-type: none"> - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sfera de comunicare profesională; - să comunice și să acționeze eficient la negocierea afacerilor, încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice; - să contribuie la satisfacerea clientului după procesul de afaceri; - să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională; - să conștientizeze importanța însușirii tehnicilor de afaceri și negociere și de comunicare de afaceri pentru activitatea ulterioară în domeniul serviciilor publice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de afaceri manageriale cu relațiile publice în turism.	8	2		6
	2	Crearea climatului adecvat pentru finalizarea cu succes a managementului de afaceri	8	2		6
	3	Pregătirea negocierilor comerciale, cu echipa managementului.	14	2		12
	4	Desfășurarea tratativelor și comunicarea în afaceri manageriale	10	2		8
	5	Strategii, tehnici și tactici în tratativele în managementul afacerilor și negocierilor comerciale în turism	14	2		12
	6	Psihologia managementului de afaceri. Personalitatea negociatorului	8	2		6
	7	Negocierea în afaceri, caracteristicile unei afaceri manageriale	12	2	2	8
	8	Forme de negociere în cadrul comunicării	14		4	10
	9	Afacerea, categorii și tipuri de strategii utilizate în afaceri manageriale	12		4	8
	10	Argumentarea și combaterea obiecțiilor partenerilor	10		2	8
	11	Negocierea în derularea unei (mici) afaceri	10		4	6
	12	Comunicarea în afacerile manageriale de turism	10		4	6
	13	Rolul managementului în afacerile de turism	12		4	8
14	Perspectivile pieței turistice din Republica Moldova	8		2	6	
	Total		150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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</p>					

	turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSO, 2012.p. 98. 2. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2015.p. 32 3. Curry, Jeffrey Edmund – <i>Negocieri internaționale de afaceri</i>, București, Editura Teora, 2009; 4. Cohen Herb - Orice se poate negocia, Editura Colosseum, București, 2015 5. Stănculescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. 6. Dinu, M, Comunicarea - repere fundamentale, Editura Stiintifica, Bucuresti, 2017 7. Gulea, Micaela - Strategii, tactici și tehnici de negociere, ASE, Bucuresti, 2015 8. Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Chișinău: USEFS, Prag 3, 2012. 9. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2016. -172 p. 10. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 11. Neamțu Adina, Neamțu Liviu, - Comunicare, negociere și relații publice în afaceri, Editura „Academica Brâncuși”, Tg-Jiu, 2018 Prutianu Ștefan – Manual de comunicare și negociere în afaceri, vol. II. – Negocierea, Editura Polirom, Iași, 2017 12. Mattock, John Ehrenborg – <i>Cum să devii un bun negociator</i>, București, Editura All Beck, 2011; 13. Voiculescu Dan – Negocierea – formă de comunicare în relațiile interumane, Editura Științifică, București, 2011 14. Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2015. 15. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. 	

Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.

16. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2016. с.45.

17. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologia serviciilor de ospitalitate					
Titularul cursului		Spataru Tatiana					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.A.013	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 specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia serviciilor de ospitalitate” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Utilizarea și aplicarea metodelor de analiză și evaluare a tehnologiilor de ospitalitate în cadrul structurilor de cazare naționale și internaționale.2. Capacitatea de a folosi tehnologii în cadrul întreprinderilor din industria ospitalității.3. Utilizarea instrumentele TIC în procesele tehnologice ale serviciilor de ospitalitate.4. Aplicarea, transferarea și combinarea cunoștințelor privind tehnologia serviciilor de ospitalitate în cadrul agențiilor de turism. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice privind tehnologia serviciilor de ospitalitate; • Elaborarea unor noi servicii de ospitalitate pentru o pensiune sau agropensiune din mediul rural autohton; • Crearea condițiilor necesare pentru asigurarea tehnologică a serviciilor de ospitalitate în cadrul întreprinderilor turistice (structuri de cazare, alimentație, transport etc.); • Susținerea activității întreprinderilor din industria ospitalității; • Asigurarea ospitalității în serviciile prestate în cadrul întreprinderilor turistice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soluționarea situațiilor legate de aspectele de asigurare a ospitalității în cadrul întreprinderilor turistice; • Utilizarea unui management modern în tehnologia serviciilor de ospitalitate; • Gestionarea propriilor activități în procesul de oferire a serviciilor turistice pentru asigurarea ospitalității. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologia serviciilor de ospitalitate” (ospitalitate, identitate corporativă, servicii etc.); ➤ să cunoască aspectele tehnologice ale serviciilor de ospitalitate în cadrul diferitor întreprinderi turistice; ➤ să identifice specificul serviciilor de ospitalitate din mediul urban față de cele din mediul rural; ➤ să identifice asociațiile din cadrul industriei ospitalității la nivel național și internațional; ➤ să cunoască particularitățile serviciilor de ospitalitate în turismul rural; ➤ să cunoască care sunt caracteristicile serviciilor de transport în industria ospitalității. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine rolul serviciilor în industria ospitalității; ➤ să analizeze situații reale privind ospitalitatea în cadrul industriei turistice; ➤ să determine factorii care conduc la dezvoltarea industriei ospitalității; ➤ în timpul practicii de specialitate să aplice cunoștințele acumulate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să diferențieze aspectele serviciilor de ospitalitate în dependență de tipul întreprinderii în care va activa sau va efectua practica de specialitate; ➤ să aplice aspectele tehnologia și serviciul de ospitalitate în cadrul hotelurilor automatizate; ➤ să poată recunoaște care sunt rolurile informaționale ale industriei ospitalității; ➤ să aplice regulile de bază în cadrul industriei ospitalității. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Servicii în industria ospitalității	6	2		4
	2	Caracterizarea de ansamblu a sferei serviciilor de ospitalitate	6	2		4
	3	Sectorul turistic al ospitalității	8	2		6
	4	Managementul ospitalității	6	2		4
	5	Marketingul ospitalității în industria turistică	8	2		6
	6	Tehnologia serviciilor de ospitalitate în cadrul structurilor de cazare	6	2		6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	7	Tehnologia de ospitalitate a agențiilor de turism	8	2		6
	8	Ospitalitatea componentă de bază a sferei serviciilor turistice	8		2	6
	9	Factorii care influențează dezvoltarea industriei ospitalității.	8		2	6
	10	Reguli de bază ale ospitalității	8		2	6
	11	Asociații din industria ospitalității	8		2	6
	12	Serviciile de transport în industria ospitalității	8		2	6
	13	Identitatea corporativă în cadrul serviciilor de ospitalitate turistică	8		2	6
	14	Bazele serviciilor de ospitalitate în turismul rural	12		4	8
	15	Antreprenoriatul în industria ospitalității din mediul rural	8		2	6
	16	Tehnologia informației în industria ospitalității	8		2	6
	17	Tehnologia și serviciul de ospitalitate în cadrul hotelurilor automatizate	8		2	6
	18	Servicii de ospitalitate și catering	8		2	6
	19	Piața serviciilor de ospitalitate din Republica Moldova	10		2	8
	Total			150	14	26
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 privind tehnologia serviciilor de ospitalitate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare (anexa 3)</p>					

	conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen (anexa 4).	
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	<p>1. RUSU, S. Antreprenoriat în turism și industria ospitalității. București: Editura C.H. Beck, 2014. 275 p. ISBN 978-606-18-0364-4.</p> <p>2. STAVROSITU, S. Managementul calității serviciilor și ospitalitatea în restaurante, gastronomie, hoteluri. Editura Polirom, 2014. 584 p. ISBN 978-973-46-4052-2.</p> <p>3. АРТЁМОВА, Е.Н. Основы гостеприимства и туризма: учебное пособие. Орёл: Орёл-ГТУ, 2005. 104 с.</p> <p>4. БАРЫШЕВ, А. Ф. Маркетинг в туризме и гостеприимстве [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов. Москва : Финансы и статистика, 2014. 158 с.</p> <p>5. БУРЕНКОВА, Е.В., ЖИВОТОВА, Ж.В. КАРПОВА., И.М. Основы гостеприимства в сельском туризме»: метод. реком. Москва: ФГБНУ «Росинформагротех», 2017. 64 с. ISBN 978-5-7367-1203-8.</p> <p>6. ЕЛКАНОВА, Д. И. Основы индустрии гостеприимства. ИЗДАТЕЛЬ: LitRes, 2021. 393 с. ISBN: 9785457267190.</p> <p>7. ПЛАТОНОВА, Н. А. [и др.] Гостиничный менеджмент: учеб. Пособие. 3-е изд., перераб.; Гриф УМО РФ. Москва: Кнорус, 2019. 432 с.</p> <p>8. УОКЕР, Д. Введение в гостеприимство: учебное пособие. Москва: Юнити, 2015. 735 с. ISBN: 978-5-238-01392-3.</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologia serviciilor turistice pentru persoanele cu CES					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.02.A.014	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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia serviciilor turistice pentru persoanele cu CES” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Aplicarea, transferarea și combinarea de cunoștințe și deprinderi în procesul de activitate cu serviciile turistice destinate persoanelor cu CES.2. Elaborarea de produse turistice destinate persoanelor cu CES.3. Identificarea strategiilor de gestionare a activității turistice în raport cu persoanele CES.4. Să cunoască legislația turistică și rolul acesteia în deservirea persoanelor cu CES. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper</p>						

	teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice privind deservirea persoanelor cu CES pe parcursul practicii realizate în diverse întreprinderi turistice (structuri de cazare, companii de transport de pasageri etc.) dar și pe parcursul tururilor turistice; • Elaborarea produselor turistice destinate persoanelor cu CES; • Planificarea unui tur pentru copii cu CES; • Crearea condițiilor necesare persoanelor cu CES în cadrul unităților turistice; • Susținerea persoanelor cu CES pentru a călători; • Asigurarea unui climat eficient între personalul de deservire și persoanele cu CES. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soluționarea situațiilor legate de deservirea persoanelor cu CES în cadrul unităților turistice; • Utilizarea metodelor și tehnicilor specifice de elaborare a tururilor pentru persoanele cu CES; • Gestionarea propriilor activități în procesul de deservire a persoanelor cu CES. 					
	Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologia serviciilor turistice pentru persoanele cu CES” (CES, persoane cu CES, adaptare etc.); ➢ să cunoască grupele de persoane cu CES și nevoile acestora; ➢ să identifice specificul de deservire a persoanelor cu CES; ➢ să identifice problemele de organizare a tururilor pentru persoanele cu CES; ➢ să cunoască particularitățile amenajării zonelor turistice pentru persoanele cu CES; ➢ să cunoască caracteristicile condițiilor din structurile de cazare pentru primirea persoanelor cu CES. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să determine rolul condițiilor din structurile de cazare în deservirea persoanelor cu CES; ➢ să studieze cazuri privind deservirea persoanelor cu CES; ➢ să determine factorii care influențează asupra procesului de deservire a persoanelor cu CES; ➢ în timpul practicii de specialitate să aplice cunoștințele acumulate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să țină seama de grupa din care face parte persoana cu CES în procesul de deservire; ➢ să aplice aspectele etice de deservire a persoanelor cu CES în cadrul complexelor hoteliere; ➢ să poată proiecta condiții de confort pentru persoanele cu CES; ➢ să poată organiza odihnă activă pentru copii cu CES. 				
		N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Serviciile sociale pentru persoanele cu CES: esență și caracteristici	6	2		4
	2	Clasificare grupelor de persoane cu CES și nevoile acestora	6	2		4
	3	Tehnologii de activitate cu persoanele cu CES	8	2		6
	4	Esența deservirii turiștilor cu CES	6	2		4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	5	Tehnologia de deservire a persoanelor cu CES în industria ospitalității	8	2		6	
	6	Caracteristicile condițiilor din hoteluri pentru primirea persoanelor cu CES	6	2		4	
	7	Accesibilitatea persoanelor cu CES la unitățile de cazare din Republica Moldova	8	2		6	
	8	Turismul pentru persoanele cu CES	8		2	6	
	9	Tehnologia de activitate cu turiștii cu CES	8		2	6	
	10	Deservirea persoanelor cu CES	8		2	6	
	11	Cazarea persoanelor cu CES	8		2	6	
	12	Proiectarea condițiilor de confort pentru persoanele cu CES	6		2	4	
	13	Asigurarea accesibilității clădirilor ansamblurilor hoteliere pentru persoanele cu CES	8		2	6	
	14	Aspecte etice de deservire a persoanelor cu CES în cadrul complexelor hoteliere	8		2	6	
	15	Specificul camerelor pentru persoanele cu CES	8		2	6	
	16	Servicii de turism pentru persoane cu dezabilități.	8		2	6	
	17	Turismul în sistemul de reabilitare și integrare socială a persoanelor cu CES	8		2	6	
	18	Turismul ca unul dintre mijloacele de integrare a persoanelor cu CES în societatea modernă.	8		2	6	
	19	Odihnă activă pentru copiii cu CES	8		2	6	
	20	Probleme de organizare a tururilor pentru persoanele cu CES	8		2	6	
	Total			150	14	26	110
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 privind tehnologia serviciilor turistice pentru persoanele cu CES.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu</p>					

	<p>subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. ANGHEL, M. Drumeție montană în familie. Trasee accesibile și persoanelor cu dezabilități. Editor: Asociația de Educație și Cultură Outdoor (AECO), 2016. 180 p. 2. ASTRAHAN, A. Convenția ONU privind drepturile persoanelor cu dezabilități. Ghid pentru administrația publică locală. Chișinău, 2013. 3. BULICAN, A., PLATON, N. Accesibilitatea persoanelor cu dezabilități la unitățile de cazare din Republica Moldova. In: <i>25 de ani de reformă economică în Republica Moldova: prin inovare și competitivitate spre progres economic</i>. Vol.1, 23-24 septembrie 2016, Chișinău: Departamentul Editorial-Poligrafic al ASEM, 2016, pp. 297-302. ISBN 978-9975-75-834-5. 4. CIORNÎI, V. Tehnologia serviciilor hoteliere. Suport de curs. Chișinău: ASEM, 2019. 2019. 62 p. 5. Legea Nr. 60 din 30.03.2012 privind icluziunea socială a persoanelor cu dizabilități. Publicat: 27.07.2012 în Monitorul Oficial Nr.155-159. Art Nr: 508. 6. OANCEA, R., VAN MAANEN, Ch. Ghid de bune practici pentru o bună interacțiune cu persoanele cu dezabilități. Rock solid foundation, the Netherlands, 2013. 27 p. 7. Raport comparativ (O1-A5). RESTAT- Recunoașterea aptitudinilor pentru transformarea turismului accesibil. Număr de proiect: 2018-1-IT01-KA202-006891 8. АЧКАСОВА, Е.Е., МАШКОВСКОГО, Е.В. Технические средства реабилитации инвалидов и безбарьерная среда. Москва: Гэотар-Медия, 2018. 128 с. ISBN 9785970451007. 9. БУРАКОВСКАЯ, Н. В., ЛУКИНА, О. В., СОЛОДОВНИКОВА. Ю. Р. Обслуживание в гостиничном комплексе особых категорий клиентов: учебное пособие для академического. 2-е изд. Москва: Издательство Юрайт; Омск: Изд-во ОмГТУ, 2019. 98 с. ISBN 978-5-534-11735-6. 10. БЫСТРОВ, С. Организация гостиничного дела. Учебное пособие. Издательство Форум, 2019. 432 с. ISBN: 978-5-00091-552-3. 11. ВОРОНЦОВА, М.В., МАКАРОВ, В.Е. Социальная защита и социальное обслуживание населения: учебник для вузов. Москва: Издательство Юрайт, 330 с. ISBN 978-5-534-13497-1. 12. ГАЛИУЛЛИНА, С. Д., КОГАН, О. С. ТУПИЕВ, И. Д., ИВАНОВА О. М. Рекреационный туризм и сервис для лиц с ограниченными возможностями здоровья: учебное пособие. Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2015. 67 с. ISBN 978-5-88469-722-5. 13. KUZNETSOVA, E., FILATOV, V., SHCHITOVA, T., & STANKOVA, M. Технология социальной работы: учебное пособие. Omsk: Omsk State Technical University, 2008. Доступно: https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-452595 14. ИВАНОВ, В.Д., ТАЛЫЗОВ, С.Н., РАФИКОВА, В.Д. Инклюзивный туризм: проблемы и перспективы его развития. В: Colloquium Journal. 2018. 	

№6(17). Ч.4. С.16-19.

15. ИВАНОВА, Н.И. Социальный туризм. Издательство: СПбУТУиЭ, 210. 184 с. ISBN 978-5-94048-053-2.

16. КИБАЛЬНИКОВ, С. В. Туризм как социально-технологическая система. Издательство: Агентство "Социальный проект", 2020. 160 с. ISBN: 978-5-98433-090-9.

17. КОНАНОВА, Е. И. Инклюзивный туризм: технология и организация туристского продукта. Издательство Южный федеральный университет, 2019. 128 с. ISBN 978-5-9275-3164-6.

18. КУЗНЕЦОВА, К.А. Туризм для людей с ограниченными возможностями для здоровья в европейских странах. Университетский округ: прошлое и настоящее. 2014. №1., с. 39-43.

19. ЛЕТИН, А.Л., МЕЖОВА, Л.А., ЛУГОВСКАЯ, Л.А. Современные проблемы развития инклюзивной туристической деятельности для детей с ограниченными возможностями здоровья. В: Успехи современной науки и образования. 2017. Том 2. №2. С.140-142.

20. МАКСИМОВА, Е.В. Культурный туризм в системе социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Диссертации кандидат социологических наук, 2017. 234 с.

21. ОВЧАРЕНКО, Н.П., РУДЕНКО, Л.Л., БАРАШОК, И.В. Организация гостиничного дела. Москва: Издательство Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2016. 204 с. ISBN 978-5-394-02514-3.

22. ТРОФИМОВ, Е. Н. Доступный, социальный и массовый туризм. Проблемы и перспективы развития в России. Монография. Издательство: Университетская книга, 2016. 504 с. ISBN: 978-5-98699-216-7.



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Turismul internațional					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03. O.15	Anul	II	Semestrul	III
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 specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Cursul <i>“Turismul internațional”</i> este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de studii ciclul II pentru pregătirea specialiștilor în domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum disciplinar <i>“Turismul internațional”</i> este un document regulator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității capabili să cunoască <i>convenția pentru protejarea patrimoniului natural și cultural al omenirii și activitățile lor</i>, particularitățile turismului internațional, mecanismul de activare a instituțiilor de stat și agenților economici în domeniul dat, drepturile și obligațiile agenților economici și a turiștilor.</p> <p>Din acest motiv considerăm că curriculumul vizat va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului internațional.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea Organismului interguvernamental major <i>Organizația Mondială a Turismului (O.M.T.)</i> în diverse întreprinderi turistice (agenții de turism, structuri de cazare, alimentație sau transport);• Aplicarea <i>Convenția pentru protejarea patrimoniului natural și cultural al omenirii (1972)</i> sub egida U.N.E.S.C.O.,• Stabilirea prețurilor la produsele turistice în conformitate cu specificul pieței turistice naționale și internaționale;• Administrarea bazei de date statistici ale turismului „Tendințelor piețelor						

<p>cursului/modulului</p>	<p>turistice” pe diferite regiuni ale globului (www.world-tourism.org).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea planificării strategice a evoluției fluxurile turistice la nivel global.; • Estimările circulației turistice și tendințe de globalizare a serviciilor turistice pe piața mondială (Orizont 2020); • Susținerea și promovarea imaginii turistice a țării în plan național și internațional; • Asigurarea unui climat eficient a departamentului de marketing în cadrul agențiilor de turism și structurilor de cazare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe pe piața turistică pe diferite regiuni ale globului; • Delimitarea factorilor care creează cadrul general de desfășurare a activității turistice în lume; • Estimări ale circulației turistice în Europa, tendințe de globalizare a serviciilor turistice pe piața mondială • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul (în special turismul internațional).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii turism internațional, <i>Organizația Mondială a Turismului (O.M.T’.) Convenția pentru protejarea patrimoniului natural și cultural al omenirii</i> (1972) sub egida U.N.E.S.C.O., - să cunoască etapele dezvoltării a turismului internațional; - să cunoască regiunile, zonele cu conflict major - să cunoască fluxurile turistice pe arena turismului internațional; - să argumenteze strategiile de promovare a produsului turistic internațional; - să cunoască aspectele calitative ale evoluției turismului mondial; - să cunoască clasificarea fluxurile turistice internaționale. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice Evoluția turismului și aspectele teoretice a turismului internațional; - facă analize comparative între diferite structuri internaționale la diferite etape de dezvoltare; - să analizeze, ponderea turiștilor internaționali în totalul a populației dispuse să călătorească; - să facă analize comparative între diferite structuri instituționale la diferite etape de funcționare; - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea turismului internațional; - să elaboreze proiecte de dezvoltare, strategii și perspective pe piața turistică mondială. - să planifice rutele, itinerare turistice internaționale, programe de servicii. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului internațional; • să contribuie cu specialiști și experiență în turismul țărilor din lumea întreagă; • să explice esența tendințele de globalizare a serviciilor turistice pe piața mondială; • să facă analize comparative a potențialului turistic European; • să contribuie la implementarea proiectelor Europene încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice; • să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizații internaționale cu responsabilități în domeniul turismului	16	2	2	12
	2	Evoluția turismului și aspectele teoretice a turismului internațional.	24	2	4	12
	3	Estimările circulației turistice și tendințe de globalizare a serviciilor turistice pe piața mondială	22	2	4	16
	4	Fluxurile turistice internaționale Clasificarea fluxurile turistice internaționale. Terorismul și turismul.	22	2	4	16
	5	Zonele turistice a Europei de nord, de Vest, de Sud Scandinavia, Suedia, Arhipelagul Britanic, Marea Britanie, Irlanda) Atlantica, (Franța, și țările de jos, Belgia Spania, Portugalia, Italia, Bulgaria, Grecia, Slovenia	24	2	4	18
	6	Zonele turistice a Europei centrale de, Est (Elveția, Austria, Germania, Cehia, Polonia, Slovacia, Ungaria, Moldova, Lituania, Letonia, Estonia Belarus, Ucraina, Rusia.)	24	2	4	18
	7	Zonele turistice America de nord, centrală, America Latină Statele Unite ale Americii, Litoralul Atlantic, Pacific, Aliasca, Canada, Argentina Cuba.	24	2	4	18
	Total			150	14	26
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de</p>					

	<p>învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17. 2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 3. Dragnea L., Copetchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSON, 2012.p. 98. 4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p. 5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p. 6. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32 7. Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217. 8. Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189. 9. Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. 10. Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161. 11. Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011. 12. Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104. 13. Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2018. 14. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45. 15. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237. 	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Strategii de marketing în sfera turismului					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.O.016	Anul	II	Semestrul	III
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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Strategii de marketing în sfera turismului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Analiza și formularea de strategii pentru probleme identificate în sfera turismului.2. Stabilirea și proiectarea politicilor și strategiilor de dezvoltare a întreprinderilor de turism.3. Aplicarea strategiilor de gestiune a veniturilor și cheltuielilor în cadrul întreprinderilor de turism.4. Analiza rapoartelor privind implementarea strategiilor în cadrul întreprinderilor de turism <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii realizate în diverse întreprinderi turistice (agenții de turism, structuri de cazare, alimentație sau transport, deplasări pe trasee turistice); • Elaborarea strategiilor de marketing la produsele turistice destinate unor segmente anumite de pe piața turistică; • Elaborarea planificării strategice de marketing în baza activității întreprinderii turistice în care a fost efectuată practica; • Previzionarea de marketing a pieței turistice naționale și internaționale în următorii 5 ani; • Susținerea și promovarea pieței turistice naționale; • Asigurarea unui climat eficient a departamentului de marketing în cadrul agențiilor de turism și structurilor de cazare. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale marketingului strategic în cadrul agențiilor de turism; • Utilizarea metodelor și tehnicilor de cercetare în marketingul strategic al activității turistice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește marketingul strategic în sfera turismului. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Strategii de marketing în sfera turismului” (turism, marketing turistic, strategii de marketing, oferta turistică, prestații turistice, produs turistic etc.); ➢ să definească noțiunea de marketing turistic; ➢ să cunoască strategiile de marketing; ➢ să identifice specificul strategiilor de marketing; ➢ să identifice procedeele de poziționare a produsului turistic pe piața autohtonă cât și internațională; ➢ să cunoască particularitățile pieții turistice la nivel global. ➢ să cunoască structura pieței turistice și a produsului turistic. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să determine rolul marketingului în activitatea unei agenții de turism; ➢ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➢ să determine factorii care influențează asupra procesului de realizare a produselor turistice; ➢ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ să țină seama de specificul previziunii în cadrul industriei turistice; ➢ să cunoască care sunt particularitățile pieții turistice din Republica Moldova și celei internaționale; ➢ să poată găsi legăturile dintre producător (tur-operator), și consumator (turistul) și rolul fiecăruia pe piața turistică; ➢ să aplice metodele și tehnicile de cercetare în marketingul turistic. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Marketingul strategic în sfera turismului-concept, dimensiuni și	6	2		4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		perspective				
	2	Strategia de marketing a peții turistice	8	2		6
	3	Strategii de marketing corespunzătoare ciclului de viață al produsului turistic	6	2		4
	4	Strategii de organizare a activității de marketing în cadrul agențiilor de turism	8	2		6
	5	Strategii ale implicării umane în realizarea serviciilor turistice	8	2		6
	6	Previziunea de marketing	6	2		4
	7	Metode și tehnici de cercetare în marketingul turistic	6	2		4
	8	Specificul marketingului strategic în sfera turismului	6		2	4
	9	Strategia de marketing a întreprinderilor din domeniul serviciilor și turismului	6		2	4
	10	Strategia de marketing a peții turistice din Republica Moldova	8		2	6
	11	Cercetarea de marketing a pieței turistice	8		2	6
	12	Formarea strategiei de produse a întreprinderilor din domeniul serviciilor și turismului	6		2	4
	13	Planificarea strategică de marketing în cadrul întreprinderilor de turism	8		2	6
	14	Marketing-mix, instrument al politicii de marketing în domeniul turismului	8		2	6
	15	Formarea strategiei de dirijare a resurselor umane în cadrul industriei turistice			2	6
	16	Piața ca parte integrantă a infrastructurii turistice			2	6
	17	Coordonatele politicii de marketing turistic			2	6
	18	Participarea personalului de contact în realizarea serviciilor turistice			2	6
	19	Metodele de previziune și rolul lor în activitatea de marketing			2	6
	20	Organizarea și desfășurarea cercetărilor de marketing			2	6
		Total		150	14	26
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 privind strategiile de marketing în cadrul întreprinderilor de turism.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Cruceru A.F. Marketing-strategii concurențiale. Editura Universitară, 2007. 192 p.</p> <p>2. Ioncica M., Popescu D., Petrescu E.C., Panait-Ioncica D. Strategii de dezvoltare a serviciilor. Editura ASE, 2019. 228 p. ISBN: 978-606-34-0295-1.</p> <p>3. Mecu D. G., Barbulescu A.C. Strategii de marketing și metode de protecție a consumatorilor în economia de piață socială. Editura Alfa, 2012. 265 p. ISBN 9786065400849.</p> <p>4. Nedelea Al. M. Marketing. Practici și studii de caz. Editura: Pro universitaria, 2020, 142 p. ISBN 978-606-26-1251-1.</p> <p>5. Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Note de curs. Chișinău: Prag 3, 2013. 160 p.</p> <p>6. Stancioiu A. Planificarea de marketing în turism. C</p> <p>7. oncepte și aplicații. București: Economica, 2005. 168 p.</p> <p>8. Stancioiu A. Strategii de marketing în turism. București: Economica, 2004. 256 p.</p> <p>9. Tribe J.Strategy for Tourism 2nd edition,2016.ISBN:978-1-910158-61-6.</p> <p>10.Tsiotsou R.H., Goldsmith R. E. Strategic Marketing in Tourism Services. Publisher: Emerald Publishing, 2012. 434 p. ISBN 978-1780520704.</p> <p>11.Tuclea Claudia-Elena, Dragos-Constantin V., Bulin D. Administrarea întreprinderii de comerț, turism, servicii. Culegere de studii de caz, exerciții, teste. Editura ASE, 2020. 120 p.</p> <p>12.Zaharia V. Marketing turistic. Note de curs. Editura Universitară, 2016. 86 p. ISBN 978-606-28-0441-1.</p> <p>13.Абабков Ю.Н., Филиппова И. Г., Абабкова М. Ю. Маркетинг в туризме: Учебник. Издательство: ИНФРА-М, 2011. 214 с. ISBN: 978-5-16-004713-3.</p> <p>14.Адельсситова Э., Абдураимова Э. Стратегическое управление предприятиями индустрии туризма. Культура народов. Причерноморья, 2012. №235, с.7-8.</p> <p>15.Кревенс Дэвид В. Стратегический маркетинг. Издательство: Вильямс,</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Topografie și cartografie în turismul sportiv					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.017	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 (S – componenta de orientare spre specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	10	10	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Topografie și cartografie în turismul sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Dezvoltarea gândirii, creativității și spiritului de inițiativă în cadrul activităților de turism sportiv desfășurate în cadrul programelor turistice oferite de întreprinderea de turism.2. Elaborarea de produse turistice cu caracter sportiv având la bază elemente de topografie și cartografie.3. Utilizarea cunoștințelor practice obținute în cadrul cursului/modului în munca pe teren în calitate de organizator a activităților turistice.4. Folosirea diferitor tehnologii specializate în managementul activităților de turism sportiv. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor</p>						

	<p>pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în crearea hărților topografice pentru traseele turistice din programul întreprinderilor de turism; • Elaborarea schemelor și hărților generale pentru trasee turistice; • Utilizarea metodologiilor de creare a hărților topografice generale și cele speciale; • Proiectarea unor hărți utilizând programele informatice speciale; • Susținerea și promovarea utilizării hărților topografice pe parcursul activităților turistice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice necesare pentru crearea hărților turistice sportive și acelor topografice; • Aplicarea hărților topografice în corespundere cu tipul de turism practicat: pedestru, montan, velo etc.; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele actuale în ceea ce privește topografia și cartografia în cadrul activității turistice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ să definească noțiunile principale ale disciplinei topografie și cartografie în turismul sportiv (hartă topografică, repere liniare, punctiforme și de nivelment, cartografie etc.); ⇒ să identifice tipurile de hărți topografice și tipurile de busole folosite în orientare; ⇒ să caracterizeze tipurile de hărți topografice; ⇒ să identifice procedeele de stabilire a locului de stație și măsurare a distanțelor pe hărțile topografice; ⇒ să identifice grupele de semne topografice; ⇒ să caracterizeze procesul de pregătire topografică a turistului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine procedeele de reprezentare a reliefului pe hărțile topografice; ➤ să elaboreze schema și planul unui traseu turistic în contextul creării unei hărți primare topografice; ➤ să analizeze și să explice structura hărților sportive; ➤ să determine metodele și mijloacele necesare pentru crearea hărților topografice; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul lecțiilor practice în teren sau activităților turistice desfășurate (marșuri turistice etc.). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice structura unei hărți topografice; ▪ să îmbine procedeele studiate într-un sistem unic de creare a hărților topografice și a celor sportive; ▪ să elaboreze hărți topografice pentru traseele turistice realizate în cadrul activităților practice; ▪ să respecte normele pentru crearea unei hărți topografice și sportive.
	<p style="text-align: right;">Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar		LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Conceptul de hartă. Clasificarea hărților pentru turismul sportiv.	8	2			6
	2	Semnele topografice ale hărților sportive și metode cartografice de reprezentare a reliefului	10	2			8
	3	Generalizarea cartografică. Schemele turistice	8	2			6
	4	Cartografie numerică și GPS	10	2			8
	5	Procesul și sistemele informatice de creare a hărților topografice pentru activitățile turistice	10	2			8
	6	Cartografia ca știință	6		2		4
	7	Hărțile turistice	8		2		6
	8	Procedee de reprezentare cartografică	6		2		4
	9	Reprezentarea reliefului pe hărțile topografice	8			2	6
	10	Studierea teritoriului pe hărțile topografice în cadrul activităților turistice	6			2	4
	11	Studierea teritoriului pe hărțile topografice generale	8			2	6
	12	Studierea teritoriului pe hărțile topografice speciale	6			2	4
	13	Hărțile pentru proba de orientare sportivă	8		2		6
	14	Sursele de alcătuire a hărților	6		2		4
	15	Automatizarea procesului de creare a materialelor cartografice	6			2	4
	16	Reperete turistice ale hărților sportive	8			2	6
	17	Semnele topografice hidrografice	6			2	4
	18	Semnele topografice de relief	6			2	4
	19	Specificul măsurării distanțelor în linie dreaptă, frântă și sinuoase	8			2	6
	20	Pregătirea topografică a turiștilor în turismul sportiv	8			2	6
	Total		150	10	10	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul și lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în grup, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 tehnologiei de elaborare a hărților topografice utilizate în turismul sportiv etc., diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
	<p><i>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților</p>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice-seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrări de laborator individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lord J., Pelletier A. Hărți, busole și GPS. București: Editura M.A.S.T., 2012. 284. 2. Marc G. Orientation, cartes et boussole: Guide d'enseignement. Quebec: Editeur Guérin, 2009, p. 18-24. 3. Năstase A., Osaci-Costache G. Topografie, cartografie. Ed. a 2-a, rev. București: Editura Fundației România de Măine, 2005 232 p. ISBN 973-725-462-7. 4. Onoi M. Pregătirea turiștilor de vârstă 13-14 ani în proba de orientare sportivă într-un ciclu anual de antrenament. Monografie. Chișinău: USEFS, 2017. 136 p. 5. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. În: Teoria și Arta Educației Fizice în Școală. Ediția Nr.1/2009, p. 39-40. 6. Onoi M. Pregătirea tehnică a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul probei de orientare sportivă. În: Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice. Conferința Științifică internațională. Chișinău: USEFS, 2013, p. 148-152. 7. Onoi M. Pregătirea topografică a turiștilor de vârstă 13-14 ani în proba de orientare sportivă în baza modelării perioadei pregătitoare. În: Știința Culturii Fizice. Nr. 18/2, Chișinău: USEFS, 2014, p. 32-38. 8. Onoi M. Preparation of 13-14 year old tourists in sports orienteering on the basis of using the „sports labyrinth” in an annual training cycle. În: Gymnasium. România: Bacău, 2014. 9. Osaci G. Topografie, cartografie. București: Editura Universitară, 2008. 326 p. 10. Păltineanu C., Prefac Z. Topografie și cartografie. Constanța, 2006. 11. Булашев А. Картографическое обеспечение рекреационной и туристской деятельности. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харьковская государственная академия физической культуры, 2014, с. 19-23. 12. Верещака Т. Топографические карты. Научные основы содержания. Москва, 2002. 320с. 13. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е 											

издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с.

14. Жмойдяк Р., Атоян Л. Картография. Курс лекций. Минск, 2006. 192 с.

15. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2002.

16. Куприна Л. Туристская топография. Учебное пособие. Москва: Издательство «Флинт», 2016. 277 с.

17. Лебедев П. Картография. Учебное пособие. Издательство Академический проект, 2017. 156 с.

18. Раклов Р. Общая картография с основами геоинформационного картографирования. Издательство: Академический проект, 2018.

19. Уилсон Н. Руководство по ориентированию на местности: Выбор маршрута и планирование путешествия. Навигация с помощью карт, компаса и природных объектов. М.: ФАИР ПРЕСС, 2004. 352 с.

20. Фокина Л. Картография с основами топографии. Учебное пособие для вузов. Издательство: Владос, 2005.

21. Чекалин С. Основы картографии, топографии и инженерной геодезии: учебное пособие для вузов. Издательство: Академический проект, 2013.

22. Чурилова Е., Колосова Н. Картография с основами топографии. Практикум. Москва: Издательство ДРОФА, 2010. 128 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Semnalizare turistică și orientare în teren					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.018	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 (S – componenta de orientare spre specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	10	10	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Semnalizare turistică și orientare în teren” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Dezvoltarea gândirii, creativității și spiritului de inițiativă în cadrul activităților de turism desfășurate în teren.2. Utilizarea cunoștințelor practice obținute în cadrul cursului/modului în munca pe teren în calitate de organizator a activităților turistice (tururi, itinerare tematice etc.).3. Să elaboreze produse turistice care să cuprindă și aspectele de semnalizare turistică.4. Să colecteze informație veridică despre anumite aspecte ale traseelor turistice (semne turistice, zone de popas etc.) în procesul de elaborare a acestora. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în crearea traseelor turistice și semnalizarea acestora cu marcaje și indicatoare specifice traseului; • Elaborarea unui proiect de traseu pentru o anumită zonă turistică și marcarea acestuia cu semnele corespunzătoare; • Utilizarea indicatoarelor turistice pentru majorarea fluxului de turiști în cadrul zonelor turistice; • Susținerea și promovarea utilizării marcajelor și indicatoarelor turistice în zonele urbane și cele rurale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice semnalizării traseelor turistice; • Aplicarea marcajelor și indicatoarelor turistice pentru orientarea în teren, practicarea turismului pedestru, montan, nautic, veloturism, speoturism etc.; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele actuale în ceea ce privește semnalizarea turistică și orientare în teren.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ să definească noțiunile principale ale disciplinei Semnalizare turistică și orientare în teren (semnalizare turistică, marcaje, indicatoare turistice, orientare în teren, hartă, zonă geografică, trasee turistice etc.); ⇒ să identifice tipurile de marcaje turistice; ⇒ să caracterizeze indicatoarele turistice destinate zonelor turistice urbane și rurale; ⇒ să identifice marcajele utilizate pentru reprezentarea traseelor destinate anumitor forme de turism; ⇒ să identifice grupele de semne turistice internaționale; ⇒ să caracterizeze procesul de pregătire a marcării traseelor turistice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să descrie procesul de marcarea a traseelor turistice cu ajutorul semnelor speciale; ➤ să elaboreze un traseu turistic în plan național și să-l marcheze cu semne turistice speciale utilizate în plan național și internațional; ➤ să analizeze și să explice marcarea unor anumite trasee turistice în baza studiilor de caz; ➤ să determine metodele și mijloacele necesare pentru marcarea traseelor turistice ; ➤ să aplice competențele obținute, în timpul deplasării pe trasee turistice existente în interiorul și în afara țării. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice însemnătatea fiecărui semn turistic și rolul acestuia pentru informarea turiștilor; ▪ să îmbine informarea turistică și orientarea în teren; ▪ să elaboreze trasee turistice și să fie capabil de a le marca cu semne turistice corespunzătoare; <p>să respecte normele naționale și internaționale de marcarea a traseelor cu ajutorul semnelor turistice.</p>
	<p style="text-align: right;">Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminare	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Semnalizare turistică - concepte și particularități	8	2			6
	2	Marcajele turistice	10	2			8
	3	Indicatoare de trasee turistice montane și standardizarea acestora	8	2			6
	4	Orientarea în teren	10	2			8
	5	Indicatoarele turistice – factor de organizare a circulației turistice în Republica Moldova	10	2			8
	6	Managementul traseelor turistice în fondul forestier	8		2		6
	7	Mijloacele naturale de orientare în spațiu și timp	6			2	4
	8	Orientarea în spațiu și timp	10			2	8
	9	Orientarea pe munte	6			2	4
	10	Indicatoare de orientare și informare turistică	6		2		4
	11	Indicatoare de informare turistică	6			2	4
	12	Strategii de semnalizare a zonelor turistice	6		2		4
	13	Semnificațiile marcajelor turistice	6		2		4
	14	Interpretarea marcajelor turistice în funcție de formă, culoare și dificultate	6			2	4
	15	Reprezentarea traseelor turistice pedestre cu ajutorul semnelor turistice	6			2	4
	16	Cerințe și caracteristici ale creării unui sistem de navigație și informații de orientare pentru turiști	6		2		4
	17	Marcarea traseelor turistice	8			2	6
	18	Crearea traseelor marcate	10			2	8
	19	Sistemul de semnalizare turistică orientat pentru informații în cadrul zonelor urbane	6			2	4
	20	Marcarea traseelor turistice pentru diverse forme de turism	8			2	6
	Total		150	10	10	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul și lecții practice</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbatere</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în grup, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power point a studiilor de caz a privind semnalizarea turistică și orientarea în teren în cadrul diferitor forme de turism etc., diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>						
	<p><i>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul</p>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice-seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrări de laborator individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. DIACONU, D., SÂNDULACHE, I. Ghidul excursiilor montane. Editura Universitară, 2014. 189 p.</p> <p>2. DUMBRAVĂ, V. Cartea munților. București: Editura România pitorească, 2015. 160 p.</p> <p>3. DUNĂREANU, I.I. Ghidul marcajelor turistice. Editura Consiliului central al sindicatelor, 1958. 478 p.</p> <p>4. MURĂTOREANU, George. Tehnici de ghid: note de curs. Târgoviște :Valahia University Press, 2019. ISBN 978-606-603-195-0.</p> <p>5. Note de curs. Reprezentări grafice și cartografice în turismul sportiv. Semnalizare turistică și orientare în teren. Cluj-Napoca: Universitatea Babeș-Bolyai. Disponibil (https://gradu.ro/cursuri/turism/semnalizare-turistica-si-orientare-in-teren-316146)</p> <p>6. STOICA, P., STROE, C. Turism montan și orientare. Craiova: Editura ACSA, 1994.</p> <p>7. ВЕТКИН, В. А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности (для СПО). Москва: Советский спорт, 2014. 207 с. ISBN 978-5-9718-0745-2.</p> <p>8. ВИНОГРАДОВ, Ю.Н., ИСАКОВА, М.В., КАЛЯГИНА, Н.А., СТУЛОВ, Ф.Н. Руководство по маркировке туристских маршрутов и троп на природных территориях ленинградской области, 2020. 24 с. Доступно (https://nature.lenobl.ru/media/uploads/userfiles/2020/11/26/%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%88%D1%8E%D1%80%D0%B0_%D0%BC%D0%B0%D0%BB_1.pdf)</p> <p>9. Горные туристические значки ртк правила. Издатель: СOTG РТТК, 2020. 160 с. ISBN: 978 -83-9580-792-3</p> <p>10. ГУРЕВИЧ, И. Велопутешествия за рубежом. СПб: «ИГРА СВЕТА», 2010. 128 с.</p> <p>11. ЕГОРЕНКОВ, Л.И. Введение в технологию туризма: учеб.-метод. Пособие. Москва: Финансы и статистика, 2014. 305 с.: ISBN 978-5-279-03325-6.</p> <p>12. ЗЕЛЕНСКИЙ, К.Г., АБРАМОВ, А.В., БЕЗЛЕПКИН, Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование: учеб. пособие (курс лекций). Ставрополь: изд-во СКФУ, 2018. 132 с.</p> <p>13. Маркировка туристских маршрутов. Методические рекомендации. Агентство стратегических инициатив, 2020. 74 с.</p>	

	14. ТАЙМАЗОВ, В.А., ФЕДОТОВ, Ю.Н. Теория и методика спортивного туризма (для СПО): учебник. Москва: Советский спорт, 2014. 424 с. ISBN 978-5-9718-0647-9.
--	---



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologia turismului familial					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.A.019	Anul	II	Semestrul	III
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 specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia turismului familial” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Furnizarea de cunoștințe, abilități și competențe specifice tehnologiei de organizare a turismului familial.2. Cunoașterea tendințelor pe piața turismului familial și aplicarea acestora în conceperea produsului turistic atractiv.3. Demonstrarea de capacități privind organizarea odihnei familiilor cu copii.4. Colectarea, prelucrarea și sintetizarea informațiilor privind motivațiile de călătorie a familiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper</p>						

	teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii de specialitate în cadrul întreprinderilor de turism care au un aport semnificativ în dezvoltarea turismului familial; • Elaborarea și gestionarea documentelor necesare procesului tehnologic de organizare a turismului familial; • Stabilirea mediului de marketing a turismului familial; • Reflectarea turismului familial în strategii de dezvoltare a întreprinderilor turistice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice procesului tehnologic de organizare a turismului familial; • Aplicarea tehnicilor de muncă în echipă, în cadrul întreprinderilor de turism pentru organizarea tururilor pentru turismul familial; <p style="text-align: center;">Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să cunoască, particularitățile tehnologice a turismului familial; să cunoască baza normativă care reglementează turismul familial în general și cel care implică turismul familial cu copii în particular; să caracterizeze procesul de organizare a tururilor pentru familii; să identifice specificul de deservire a familiilor în zonele de odihnă; să cunoască specificul programelor de animație utilizate pentru turismul familial; □ să caracterizeze documentele necesare în procesul de organizare a turismului familial. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine perspectivele de dezvoltare a turismului familial în Republica Moldova; ➤ să elaboreze un tur pentru turismul familial; ➤ să analizeze și să explice procesul de organizare și desfășurare a unei „Măsurii turistice active pentru turismul familial”; ➤ să determine criteriile specifice pentru organizarea tururilor familiale de weekend; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice care este locul și rolul turismului familial în turismul mondial; ▪ să îmbine latura teoretică cu latura practică; ▪ să elaboreze tururi pentru turismul familial în plan național și internațional; ▪ să respecte cerințele de bază în asigurarea securității turismului familial. 					
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
	1	Aspecte teoretice privind turismul familial	6	2		4
	2	Turismul activ-factor de călătorie pentru familii	6	2		4
	3	Particularitățile organizării tururilor pentru turismul familial	8	2		6
	4	Crearea tururilor de week-end pentru turismul familial	8	2		6
	5	Turismul de familie ca produs turistic	8	2		6
	6	Tehnologia deservirii în turismul	8	2		6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		familial					
	7	Tehnologia elaborării programelor de animație pentru tururile familiale	8	2		6	
	8	Concept, sarcini, funcții și tipuri de turism familial	6		2	4	
	9	Avantajele și caracteristicile turismului familial în Republica Moldova	6		2	4	
	10	Piața turismului familial	8		2	6	
	11	Etapele de proiectare a tururilor familiale	8		2	6	
	12	Turismul activ – factor de dezvoltare a turismului de familie pe piața turistică	8		2	6	
	13	Particularitățile odihnei familiilor în structurile de cazare	8		2	6	
	14	Familia, petrecerea timpului liber în familie	6		2	4	
	15	Particularitățile de organizare a traseelor turistice pentru familiile cu copii	8		2	6	
	16	Organizarea serviciilor de transport și cazare pentru turismul familial	8		2	6	
	17	Organizarea serviciilor de alimentație pentru turismul familial	8		2	6	
	18	Organizarea de excursii și servicii de agrement pentru turismul familial	8		2	6	
	19	Turismul nautic - factor de dezvoltare a turismului familial	8		2	6	
	20	Turismul de familie: un sector strategic și fragmentat	8		2	6	
	Total			150	14	26	110
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 privind tehnologia organizării și desfășurării turismului familial.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<p>1. SCHÄNZEL, H. A., YEOMAN, I., BACKER, E. Family Tourism: Multidisciplinary Perspectives. Publisher: Channel View Publications, 2012. 224 p. ISBN-10: 1845413261.</p> <p>2. БАБКИН, А.В. Специальные виды туризма. Москва, 2008.</p> <p>3. БЕЛЯКОВ, О.И. Семейный туризм как форма досуговой деятельности. В: Известия Пензенского пед. университета им. В.Г. Белинского, 2012. Выпуск №28, с. 690-693.</p> <p>4. БОЛОТОВА, М.И. Организация семейного досуга в образовательной среде учреждения дополнительного образования детей: учебное пособие. Москва: компания Спутник, 2015. 114 с.</p> <p>5. ВИНОГРАДОВА, Т. В. Семейный туризм: выгода для туристической индустрии или польза для семьи. В: Семейный туризм: проблемы, инновации, перспективы развития: сб. ст. СПб.: Изд-во СПбГУКИ, 2012, с. 8-14.</p> <p>6. ГРАНИЛЬЩИКОВ, Ю.В. Семейный туризм. Москва, 1983.</p> <p>7. ЕГОРОВА, Л.Р. Семейный туризм как актуальное направление развитие туристической индустрии. Москва: ФГБОУ ВО «Российский государственный университет туризма и сервиса», 2019, с.156-162.</p> <p>8. ЗОРИН, И. В., КАВЕРИНА, Т. П., КВАРТАЛЬНОВ, В. А. Туризм как вид деятельности. Москва: Финансы и статистика, 2005. 288 с.</p> <p>9. ИГНАТЬЕВА, И. Ф. Организация туристической деятельности, учебное пособие. Санкт-Петербург: «Питер», 2015. 48 с.</p> <p>10. НОВОЖИЛОВА, Т. И. Семейный туризм как приоритетное направление развития индустрии туризма. В: Культура и время перемен. 2015. № 4 (11). С. 8-10.</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN TURISM					
Denumirea cursului		Tehnologia turismului activ					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03. A.20	Anul	II	Semestrul	III
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 specialitate)							S
Catedra	Natație și 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-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	26	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia turismului activ” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, prevăzute în planul de învățământ postuniversitar, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În cadrul catedrei Natație și Turism curriculum disciplinar „Tehnologia turismului activ” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a organiza și desfășura călătorii, plimbări, marșuri turistice pedestre, montane și nautice; planificarea lucrului turistic în taberele de odihnă pentru copii, cluburi și secții turistice; căpătarea deprinderilor de orientare cu ajutorul obiectelor din teren și a busolei.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoretice și practice în organizarea și desfășurarea călătoriilor, plimbărilor, marșurilor turistice, excursiilor;• Dirijarea și coordonarea activităților practice pentru organizarea diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic;• Organizarea și desfășurarea unei întruniri turistice la alegere (tehnica turistică sau orientarea sportivă);• Susținerea și promovarea desfășurării activităților turistice în cadrul școlii, taberei de odihnă și în afara ei;						

<p>cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului activ. • Susținerea și promovarea imaginii turistice a țării în plan național și internațional; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor în scopul practicării unor tipuri de turism specifice zonei geografice; • Utilizarea nodurilor turistice pe parcursul desfășurării marșului turistic pedestru și în timpul traversării etapelor tehnice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește desfășurarea activităților turistice în cadrul secțiilor și cercurilor turistice. 					
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să prezinte etapele dezvoltării instituțiilor responsabile pentru dezvoltarea turismului activ; • să definească noțiunile principale ale disciplinei turismul activ (turism sportiv, marș turistic, orientare, turism pedestru, nautic și montan); • să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); • să caracterizeze obiectivele principale ale marșurilor turistice; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a marșurilor turistice; • să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; • să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice active în școli și taberele de odihnă. • să explice categoriile și conceptele de bază ale turismului activ • să cunoască <i>Convenția pentru protejarea patrimoniului natural și cultural al omenirii</i>. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine rolul instituțiilor din domeniul pentru dezvoltarea turismului activ; • să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul activităților turistice în aer liber; • să planifice pregătirea și organizarea unui marș turistic de diferite categorii de complicitate; • să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților turistice; • să analizeze și să explice conținutul pregătirii turistului pentru activitățile turistice în taberele de odihnă; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul măsurilor turistice. • să contribuie cu specialiști și experiență în turismul activ în țările din lumea întreagă • să analizeze documentele legislative și să aplice prevederile lor în cazul angajării în domeniul turismului activ. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să țină cont de particularitățile, specificul turismului activ mondial; • să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice active pe care le va desfășura; • să explice esența și structura turismului activ; • să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); • să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (montan, nautic și montan). • să aplice fluxurile turistice pe arena turismului internațional. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Turismul activ și locul lui în contextul lumii sportive	6	2		4
	2	Particularitățile de organizare și desfășurare a turismului activ	8	2		6
	3	Organizarea activităților turistice în școli, licee, colegii și taberele de odihnă pentru copii.	12	2		10
	4	Formele și metodele lucrului turistic activ în taberele de odihnă pentru copii	12	2		10
	5	Drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice.	12	2		10
	6	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	20	2	4	14
	7	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică.	12	2		10
	8	Mînuirea busolei și a hărții topografice Nodurile turistice și folosirea lor	16		6	10
	9	Tactica de parcurgere a etapelor tehnice “urcări”, “coborîri”, “trecerea suspendată”, “funiile paralele”, “pendulul”.	26		8	18
	10	Tehnica turistică la etapele tehnice: “urcări”, “coborîri”, “trecerea suspendată”, “funiile paralele”, “pendulul”.	26		8	18
Total			150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17. 2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 3. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSON, 2012.p. 98. 4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p. 5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p. 6. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2015.p. 32 7. Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217. 8. Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189. 9. Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. 10. Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161. 11. Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011. 12. Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104. 13. Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2016. 14. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45. 15. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237. 	

**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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Epistemologia și 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 și 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	<u>catedra-tmcf@mail.ru</u>	Total	C	S	L/P	LI	
		110	20	12	8	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățămînt, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării pedagogice în domeniul culturii fizice și sportului, vizînd practica investigațională și educațională</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile;</p> <p>c) promovarea cercetărilor științifice și implementarea rezultatelor ei;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la masteranz menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fizice.</p>						
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și 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 particularităților de dezvoltare a domeniului educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul culturii fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei culturii fizice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea în domeniul culturii fizice. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. * să cunoască aspectele politicii investiționale în domeniul teoriei culturii fizice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor. * să posedă 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. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posedă 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 și oferta de cercetare în domeniul culturii fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației; * să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea profesorului. * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație,, 						
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Epistemologia – teoria cunoașterii științifice (ramură a metaștiinței)</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>1</p>		<p>9</p>
	<p>2</p>	<p>Domaniul cunoașterii științifice</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>1</p>		<p>9</p>
	<p>3</p>	<p>Gîndirea în activitatea de cercetare</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>1</p>	<p>12</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs	4	științifică Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	1		9
	5	Epistemologia cercetării științifice	12	2	1		9
	6	Epistemologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	18	2	1	1	14
	7	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul culturii fizice	18	2	1	1	12
	8	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul culturii fizice și sportului	18	2	1	1	14
	9	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	24	2	2	4	16
	10	Deontologia cercetării științifice	8	2	-		6
	Total		150	20	12	8	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						
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	1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București:						

<p>bibliografice</p>	<p>Discobolul, 2010.- 665 p.</p> <p>2. Guțu VI., Integrarea științei și învățământului superior. Concepții. Orientări. Strategii, Chișinău, CEP USM, 2007, 164 p.</p> <p>3. Budevici A., Dorgan V. Repere epistemologice moderne/-Ch. : Valinex SA, 2009. 234 P.</p> <p>4. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p> <p>7. Rotariu, T., Iluț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. Durkheim Emile . Formele elementare ale vieții religioase, Polirom, Iași, 1995, pag.380-408</p> <p>10. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p.</p> <p>11. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества – Омск, 2003.</p> <p>12. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>13. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, Bucure 2006</p> <p>14. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 207 p.</p> <p>15. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.</p> <p>16. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании/ «Физкультура и спорт» Москва, 1988. – 269с.</p> <p>17. Barciucov I.S. Metodî naucniî issledobanii v turizme :uceb. Posobie dlea vuzob.-M.: Izdateliscii țentr „Academia,, ,2008.-224с.</p> <p>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.</p> <p>19. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, П. В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>20. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуры и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>21. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.-544 с.</p>
-----------------------------	---



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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	<p>Disciplina „Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” vizează formarea și htrfrctionfrea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii „Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăților de Pedagogie și de Sport ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>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:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare,</p>						

	<p>instruire și educare.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale. <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare și din esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p style="text-align: center;">Programa cursului „<i>Bazele teoretico-metodologice ale învățămîntului de cultură fizică</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor medico-biologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalității. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățămîntului de cultură fizică, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului educațional. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice. 8. Posedarea principiilor și metodelor educaționale în desfășurarea activităților didactice din cadrul învățămîntului de cultură fizică.

	<p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei „<i>Bazele teoretico-metodologice ale învățământului de cultură fizică</i>” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. <i>Componenta/competența gnostică</i> – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.</p> <p>2. <i>Componenta/competența de proiectare</i> - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. <i>Componenta/competența constructivă</i> - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. <i>Componenta/competența organizatorică</i> - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. <i>Componenta/competența comunicativă</i> - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. <i>Componenta/competența motrică</i> - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelat competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Competența conceptuală</i> (cunoașterea bazei conținutului). 2. <i>Competența instrumentală</i> (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. <i>Competența integrativă</i> (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. <i>Competența contextuală</i> (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. <i>Competența adaptivă</i> (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i></p> <p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p>

	<p>- 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.</p> <p>- 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.</p> <p>- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.</p> <p>- Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, „Sport”, „Recreație” și „Reabilitare”.</p>						
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 ” Bazele teoretico-metodologice 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.	26	4	4		18
	3	Transpoziția științei și transformăția teoriei culturii fizice ca factori de construire a conceptului general al învățământului de cultură fizică.	34	4	2	2	26
	4	Construcția învățământului de cultură fizică sub aspectul sistemelor pedagogice „Joc”, „Gimnastica”, „Sport”, „Recreația”.	24	4	2		18
	5	Conceptul teoretico-analitic al constructului ”Învățământul de cultură fizică”	14	2	2		10
	6	Construcția generală conceptuală orientativă a învățământului de cultură fizică.	14	2	2		10
	7	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei învățământului de cultură fizică.	14	2		2	10
	8	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al învățământului de cultură fizică.	8			2	6
Total	150	20	14	6	110		
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general și special educație fizică, sport, reabilitare și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul formațiunii profesionale integrative.</p>						

	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritimizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei <i>„Bazele teoretico-metodologice ale învățămîntului de cultură fizică”</i> îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina <i>„Bazele teoretico-metodologice ale învățămîntului de cultură fizică”</i> vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei <i>„Bazele teoretico-metodologice ale învățămîntului de cultură fizică”</i> ; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p>

	<p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală Nota pentru evaluarea finală Nota evaluarea curentă Nota de la activitatea la prelegeri și seminare Nota lucrul individual	100% 40% 20% 20% 20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Babanskii Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 2. Dumitriu Gh. Comunicare și învățare. - București: Didactică și Pedagogică, 1998. 3. Nicolo, Gr. Potențialul creativ în <i>profesia didactică</i>, în <i>Competența didactică, Perspectivă psihologică</i> (coord. Stroe Marcus), București, Editura ALL Educational, 1999 4. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 5. Salde, D. Competență, performanță, <i>competiție</i>, în <i>Revista de pedagogie</i>, nr. 1, 1990 6. Stoica M. Psihopedagogia personalității.- București: Didactică și Pedagogică, 1996. 7. Stoica M. Pedagogie și psihologie – pentru examenele de definitivare și 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. Слагаемые педагогические технологии. – М.: Педагогика, 1989. 11. Выдрин В.М. <i>Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем)</i>. – Омск, 2003. 12. Гершунский Б.С. Педагогическая прогностика. – Киев, 1986. 13. Данаил С. Современные проблемы физкультурного образования в контексте разработок теории деятельности и личности // <i>Știința culturii fizice</i>. – Nr.4. – Chișinău: INEFS, 2006. 14. Клингберг Л. <i>Проблемы теории обучения</i>.– М.: Педагогика, 1984. 15. 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	20	12	8	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăților de Pedagogie și de Sport ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare.</p>						

	<p>- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice.</p> <p>- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p>Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor medico-biologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare. 8. Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalității. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățării acțiunilor motrice strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ. <p>Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază. 8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice. 9. Posedarea principiilor și metodelor de învățare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative.

	<p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. Componenta/competența gnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.</p> <p>2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelat competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competența conceptuală (cunoașterea bazei conținutului). 2. Competența instrumentală (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. Competența integrativă (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități</p> <p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.

curs/modul	<p>- 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.</p> <p>- Capacitatea de promovare și de aplicare a proceselor inovatorii pentru utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul educației fizice, sportului, culturii fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>- Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.</p> <p>- Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, „Sport”, „Recreație” și „Reabilitare”.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Disciplina ”Teoria învățării acțiunilor motrice”ca obiect de abordare științifică și de studiu.	22	4	2	16
	2	Bazele metodologice ale teoriei învățării-instruirii-educării acțiunii motrice	20	2	2	1
	3	Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.	17	2		1
	4	Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	21	4	2	1
	5	Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare.	20	2	2	2
	6	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a uneia activități în alta ca baza instruirii pentru însușirea sarcinii motrice.	19	2	2	14
	7	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei activităților motrice.	19	2	2	1
	8	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al activității motrice.	12	2		2
Total		150	20	12	8	
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale programei la disciplina ”<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atidunale la nivelul calității integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p>					

	<ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei "Teoria învățării acțiunilor motrice" îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi Astfel, la disciplina "Teoria învățării acțiunilor motrice" vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - evaluarea competențelor operaționale - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două</i></p>

	<p><i>lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 2. Baci C. Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor. – București: Sport-Turism, 1977. 3. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982. 4. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999. 5. Epuran M. Psihologia educației fizice. - București: Sport Turism, 1976. 6. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 2007. 7. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 8. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 9. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961. 10. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - București: Științifică, 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 активности – М.: Медицина, 1966. 22. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002. 	

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



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	20	14	6	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Acmeologia și deontologia activității profesionale</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Acmeologia și deontologia activității profesionale</i>” vizează formarea și perfecționarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Acmeologia și deontologia activității profesionale</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Acmeologia și deontologia activității profesionale</i>” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor Fctivitatea profesională, Competențe profesionale, Acmeologie, Deontologie, Măiestrie</p>						

	<p>pedagogică, Tactul pedagogic, Instrumentarea pedagogică, Etica profesională.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul de formare a competențelor profesionale pedagogice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei acmeologice și deontologice în activitățile profesionale. <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare și din esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice ale disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Acmeologia și deontologia activității profesionale</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalității. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățămîntului profesional de cultură fizică orientat spre formarea competențelor ale specialistului din domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice și psihosociale în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice orientate spre contextul competențional profesional al personalității 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de paradigmele acmeologice și deontologice. 8. Posedarea principiilor și metodelor educaționale în aspect acmeologic pentru desfășurarea activităților didactice din cadrul învățămîntului de cultură fizică. <p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei „<i>Acmeologia și deontologia</i>”</p>

	<p><i>activității profesionale”</i> se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. Componenta/competența gnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.</p> <p>2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelat competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competența conceptuală (cunoașterea bazei conținutului). 2. Competența instrumentală (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. Competența integrativă (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități</p> <p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea teoriilor acmeologice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, 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 acmeologic și deontologic în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de a determina și de a realiza obiective cu caracter de cercetare

	<p>prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare din cadrul instituțiilor similare de profil. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice 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	Disciplina ”Acmeologia și deontologia activității profesionale,, ca obiect de abordare științifică și de studiu.	16	2	2		12
	2	Bazele teoretico-metodologice fundamentale ale activității profesionale pedagogice.	16	2	2		12
	3	Specificul activității profesionale pedagogice a specialistului de cultură fizică în contextul componentelor structurale categoriale ale construcției educaționale generale a culturii fizice.	28	4	2	2	20
	4	Competențele categoriale/fundamentale profesionale pedagogice ale activității specialistului în domeniul culturii fizice.	18	4	2		12
	5	Componentele/competențele structurale specifice de bază ale activității profesionale pedagogice a specialistului de cultură fizică.	14	2	2		10
	6	Bazele teoretico-metodologice ale formării competențelor profesionale pedagogice ale profesorului de educație fizică.	26	2	2	2	20
	7	Măiestria/acmeologia și deontologia profesională pedagogică a specialistului de educație fizică.	16	2	2		12
	8	Metodologia abordării științifice a activității profesionale pedagogice a specialistului din domeniul învățământului de cultură.	16	2		2	12
	Total	150	20	14	6	110	
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>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</p>						

	<p>cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general și special educație fizică, sport, rehabilitare și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul formațiunii profesionale integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritimizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei „Acmeologia și deontologia activității profesionale” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi Astfel, la disciplina „Acmeologia și deontologia activității profesionale” vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei, „Acmeologia și deontologia activității profesionale”; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărui se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de

	<p>practică.</p> <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Aftimiciuc O. Bazele pedagogice ale activității profesionale a profesorului de educație fizică. Programa (pentru Masterat). – Chișinău: INEFS, 2003.</p> <p>2. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986.</p> <p>3. Dumitriu Gh. Comunicare și învățare. - București: Didactică și Pedagogică, 1998.</p> <p>3.Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005.</p> <p>4. Marcus S. Competența didactică. - București: All Educațional, 1999.</p> <p>5. Raicu M. Formarea priceperilor activității didactice integrative la studenții facultăților de educație fizică și sport în cadrul disciplinei "Educația ritmico-muzicală". – Chișinău, 2002.</p> <p>6. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. // Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961.</p> <p>7. Афтимичук О . Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры. Дис. ... д-а пед. наук. – Кишинев, 1998.</p> <p>8. Гальперин П.Е. Типы ориентировки и типы формирования действий и понятий. – М., 1958.</p> <p>9. Данаил С. Методика подготовки студентов ф-тов физического воспитания к коммуникативной дидактической деятельности.– Л.: ГДОИФК, 1989.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>12. Кан-Калик В. А., Никандров Н. Д. Педагогическое творчество. – М.: Педагогика, 1990.</p>	

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



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Bazele teoretico – metodologice ale culturii fizice recreative și 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 și 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@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	12	8	-	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă <i>Bazele teoretico – metodologice ale culturii fizice recreative și de recuperare</i> se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil fundamental, care asigură pregătirea multilaterală a studenților programului de master TMCF cu cunoștințe teoretico-metodice și deprinderi practice pentru activitatea profesională ulterioară. Însușirea acestui obiect va contribui la formarea unor cunoștințe speciale de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de organizare și desfășurare a activităților recreative și de recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenților masteranzi etc.</p> <p>Acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul culturii fizice să îmbine Cultura fizică recreativă și de recuperare cu celelalte laturi ale educației generale și ale domeniilor de loisir, medico – biologice, medicinei să generalizeze experiența specialiștilor novatori, să însușească conceptele teoretico - științifice ale activităților recreative și de recuperare, să elaboreze noi căi de perfecționare a procesului recreativ și recuperator, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode și forme de practicare a exercițiilor fizice cu persoane de diferite vârste care implică realizarea a diferitor obiective proprii.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• aplicarea noțiunilor privind proiectarea și planificarea în activitățile de loisir/fitness și de recuperare;• analizarea cantitativă, calitativă și interpretarea documentelor de planificare în unitățile cu profil recreativ și de recuperare;• elaborarea documentelor de planificare și evidență potrivit didacticii activităților recreative și de recuperare pentru persoane cu diferite categorii de vârste și tipuri de afecțiuni;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • administrarea efortului fizic în lecția de recreație și recuperare, curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar despre cunoștințele de specialitate ce vizează fiziologia efortului fizic; • aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv-educativ specific activităților de loisir/ fitness și recuperare în funcție de vârstă și afecțiune; • identificarea și utilizarea modelelor specifice procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor și conducerii activităților de loisir /fitness și recuperare; • conceperea, selectarea și aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerințele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităților practicanților / pacienților implicați în activitățile de loisir/ fitness și recuperare; • utilizarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de loisir/ fitness și recuperare precum și a activităților extracurriculare cu specific asanativ recuperator; • elaborarea unui program curricular de bună practică armonizat cu cele de peste hotare; • aplicarea tehnicilor și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor și activităților de loisir/fitness și recuperare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea sistemelor operaționale specifice activităților recreative și de recuperare, pe grupe de vârstă și tipuri de afecțiuni; • abordarea procesuală a motricității specifice mijloacelor loisir-ului / fitness-ului și recuperării, prin folosirea legilor reabilitării, creșterii și dezvoltării/perfecționării fizice pentru optimizarea capacității biomotrice; • asimilarea noțiunilor de bază referitoare la evaluarea nivelului de restabilire, dezvoltare și pregătire a practicanților activităților 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 și marketing specifice activității de recreație și recuperare; • utilizarea metodelor de management în activitățile de loisir/ fitness și recuperare (asociațiile sportive școlare, cluburi de fitness, centrelor de recuperare, managementul grupelor specializate și voluntari); • exercitarea rolurilor profesionale conferite de finalitatea programului de studii, din perspectiva formării manageriale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități :</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriilor pedagogice și științifice moderne în domeniul culturii fizice, tendințele de dezvoltare ale acestora; cercetările științifice și pedagogice sistematice, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare; • cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și 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;

	<ul style="list-style-type: none"> • aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice în domeniile de recreare și recuperare cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; aptitudini de aplicare a metodologiei și eticii cercetării științifice 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 și specifice culturii fizice recreative	6		2		4
	2	SISTEMUL DE MIJLOACE APLICATE ÎN CULTURA FIZICĂ RECREATIVĂ	6	2			4
	2.1	Formele de organizare și practicare a culturii fizice recreativ-asanative	2			2	
	2.2	Periodizarea, planificarea și evidența procesului de antrenament condiționat.	9	2			7
	3	INTERLEGĂTURA DINTRE SĂNĂTATE, CONDIȚIA FIZICĂ ȘI EXERCITIUL FIZIC.	6		2		4
	3.1	Aspecte ale pregătirii fizice, rația alimentară, sportul și modul sănătos de viață	4				4
	4	RELAȚIA DINTRE EXERCITIUL FIZIC SĂNĂTATE ȘI CONDIȚIE 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 și în etate.	4				4
	5	TENDINȚE MODERNE DE PRACTICARE A SISTEMELOR DE EXERCITII CU CARACTER DE RECREERE ȘI ASANARE	6	2			4
	5.1	Factorii care influențează performanța	4		2		2
	5.2	Metodologia culturii fizice adaptive	4				4
	6.	NOȚIUNILE DE BAZĂ, SCOPUL, OBIECTIVELE ȘI STRUCTURA CFR	2	2			
	6.1	Noțiunile de bază, obiectivele și structura CFR	2				2
	6.2	Indicațiile și contraindicațiile aplicării CFR	2				2
	6.3	Mecanismele clinico-fiziologice de bază a acțiunii de tratare și recuperare a exercițiilor fizice	4		2		2
	6.4	Mecanismele de formare a compensațiilor; Mecanismele de normalizare a funcțiilor	2				2
	6.5	Apariția și evoluția CFR	2				2
	6.6	Răspândirea exercițiilor fizice în Epoca Antică.	2				2

6.7	Conceptul reabilitării bolnavilor și persoanelor cu handicap; Dezvoltarea CFR în fosta URSS	2				2
7	PLANIFICAREA ȘI 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 și 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 exercițiilor fizice de recuperare	3				3
9.4	Clasificarea exercițiilor fizice de recuperare	2			2	
9.5	Exerciții de întremare generală și speciale. Indicii clasificării exercițiilor fizice.	2				2
9.6	Exerciții sportiv-aplicative. Exerciții de transmitere a impulsurilor.	2				2
9.7	Caracteristica energetică a exercițiilor fizice.	4				4
10	CERINȚELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCITIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	2	2			
10.1	Modalități de dozare ale efortului fizic în desfășurarea ședințelor de CFR	3		1		2
10.2	Metodici de instruire în dozarea exercițiilor fizice; Intensitatea exercițiilor fizice	4				4
10.3	Formele și metodele de bază ale CFR	2		2		
10.4	Gimnastica igienică de dimineață. Executarea efortului acțional.	4				4
10.5	Lecția (Ședința) de recuperare. Metodica de desfășurare a ședințelor de recuperare.	4				4
10.6	Practicarea independentă a exercițiilor fizice. Forme de cultură fizică asanativă în masă.	2				2
Total		150	20	12	8	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul, laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile					

	<p>practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor scrise</i> cu conținut istoric referitor la un fenomenul de recreare și restabilire • Elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. • Organizarea <i>conferințelor științifice</i> privind anumite evenimente specifice educației fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației; • Elaborarea unor <i>miniproiecte</i> privind perfecționarea și valorificarea fenomenului de recreare și restabilire; • Organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice, sportului, recreației și recuperării; • Participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile specializate cu care colaborează USEFS. 										
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>testări ale pregătirii tehnice individuale</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%
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%										
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бусуйок С.Л., Браниште Г.С., Дорган В.П., Побурный П.В. <i>Основы теории и методики спортивной тренировки</i>. Учебное пособие. Кишинэу: Б.и., 2019 (Типogr. "Valinex"). 493 p. ISBN 978-9975-68-379-1 2. Dorgan V., Braniște G., Busuioc S., Poburnii P. <i>Bazele teoriei și metodicii sportului</i>. București: Editura Discobolul, 2021. 423 p. ISBN 978-606-798-135-3 3. Dorgan V., Braniște G. <i>Teoria sportului și competiției</i>. Galați: Galati University Press, 2021. 219 p. ISBN 978-606-696-217-9 4. Cristea, Călin; Lozincă, Izabela – <i>Principiile de kinetoterapie recuperatorie la vârsta a treia</i>, Editura Universității din Oradea, 1999 5. Serbescu, Carmen – <i>Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice</i>, Ed. Universității din Oradea, 2000 6. Selby, Anna - <i>Pilates for pregnancy. Gentle and effective techniques for before and after birth</i>, Thorsons – An Imprint of HarperCollinsPublishers, 2002 7. Sbenghe, Tudor - <i>Kinesiologie, știința mișcării</i>, Ed. Medicală, Bucuresti, 2002 										

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., și colab. (1974) – Terminologia Educației Fizice și a Sportului, Editura Stadion.
10. Andersen, A., P., (2004) – Limbajul trupului, trad. după The complete idiot's Guide to Body Language, printed in Bulgaria, distribuție în România prin Editura Teora, București, ISBN 978- 1- 59496 - 103 – 8
11. Boboș, Cecilia; Tache Simona și colab. (2006) – Effects of vitamins A, E, and C supplementations on oxidant/antioxidant balance in exercise, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport, An VII, nr.3, (25), Septembrie 2006, pg 34 – 38*
12. Barteck O. (1999) – All Around Fitness. *Könemann*.
13. Bompă, O., T., (2001) – Teoria și metodologia, Periodizarea antrenamentului sportiv, Ediția a 4 a, Ministerul Tineretului și Sportului, Școala Națională de antrenori, Constanța, Editura Ex Punto.
14. Bompă, O., T., (2001) – Dezvoltarea calităților motrice, Universitatea din York, Toronto, Canada, Ministerul Tineretului și Sportului, Școala Națională de antrenori, Constanța, Editura Ex Punto.
15. Cârstea Gh., (1999) – Educația fizică - fundamente teoretice și metodice., București, Casa de Editură Petru Maior.
16. David, D., (2006) – Metodologia cercetării clinice, colecția Psihologie, Editura Polirom Iași, ISBN 978- 973- 46- 0342- 8
17. Donskoi, D. (1973) - Biomecanica exercițiilor fizice, București., Editura Tineretului.
18. Dragnea, A., și colab (2000) – Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii.
19. Dragnea C., A., (2006) – Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive, Editura Cd Press, București, ISBN 978 -973 – 7989 – 73 – 4
20. Dragnea, A., Bota, Aura (1999) – Teoria activităților motrice, București, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.
21. Drăgan I. (2002) - Medicină sportivă. *Ed. Medicală București*.
22. Epuran, M., (1976) - Psihologia educației fizice, București, Editura Sport – Turism.
23. Epuran, M., Horghidan Valentina (1994) – Psihologia Educației fizice, ANEFS , București, 1994.
24. Ganea, I., V., (2006)- Definierea și tipologia agrementului de tip „ outdoor”, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport, An VII, nr. 4, (26), Decembrie 2006, pg 34 -36.*
25. Grosu, Emilia, Florina (2008) – Optimizarea antrenamentului sportiv (2008) Colecția Știința Sportului, Cluj-Napoca, Edit. GMI.
26. Hauzer, Abadne, Henriette (1983) - Gimnastica ritmică sportivă, București, Editura Sport – Turism.
27. Hârjan, O., Nistor, A., Lupu, I., (2007) – Motivația practicării activităților de educație fizică și sport la elevii din clasele a IXa liceu zi din Cluj – Napoca, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și 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 Cărții de Știință.
29. Krausz, L., Krausz, L., T., (2007) – Hidroterapie, Editura SyryusTeka, Miercurea Ciuc ISBN 973 – 85951 – 4 – 2
30. Laza, Valeria (2007) - Necesarul de lichide și micronutrienți în activitatea fizică, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pag 8 -13.*
31. Lupu, I., Lupu Olga (2006) - Introducerea în psihologia educațională, Teorie și instrumente de evaluare, Editura Risoprint, Cluj – Napoca, ISBN 973 -751 -115 – 8
32. Pasztai, Z., (2007) – Rolul stretchingului în normalizarea funcției stato – kinetice, Editura Corson –Iași, ISBN 10 - 973- 8225- 31- 0.
33. Pop Nicole (2008) – Note curs Fitness, multiplicat UBB, Cluj -Napoca

34. Pop N.H, Zamora E. (2007) - Creșterea volumului și forței musculare – elemente teoretice, practice și metodice. *Risoprint Cluj-Napoca*.
35. Roman G, Rusu Flavia (coord.) (2008) - Activități sportive pentru populația 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 – știința mișcării. *Ed. Medicală București*
38. Szatmary L, Pop N.H, Zamora E. (2005) - Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutic. *Risoprint Cluj-Napoca*.
39. Vasile L. (2007) - Înot pentru sănătate. *Ed. Didactică și Pedagogică R.A. București*.
40. Zamora Elena, Doina Elena Zamora, Popescu A., (2004) – Primul ajutor medical în educație fizică, sport și kinetoterapie, Cluj-Napoca, Editura GMI, ISBN 973 – 85692-3-0
41. Dragnea A. Teoria educației fizice și sportului. Editura Cartea Școlii, București, 2000. - 241 p.
42. Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p.
43. Cîrstea Gh., Educația fizică - fundamente teoretice și metodice. Casa de editură Petru Maior, București, 1999.
44. Rață G. Didactica educației fizice și 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 «Олимпийская литература», 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.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
49. Управление физической культурой и спортом: Учеб. Для ин-тов физ.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 (культурно-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 культура. 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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	<p>Disciplina „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” vizează formarea și perfecționarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența conținutului educațional al culturii fizice adaptive pentru psihosocializare și adaptare socioprofesională a personalității cu diverse afecțiuni ale sferei psihofizice, motrice și cognitive.</p>						

	<p>- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul educațional al activităților motrice.</p> <p>- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei și metodologiei culturii fizice adaptive în activitățile profesionale.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare și din esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică adaptivă și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice adaptive ca o disciplină științifică. 2. Cunoașterea bazelor medico-biologice și psihologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării/reabilitării fizice, psihomotrice, psihosociale și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice adaptive în plan pedagogic, sociologic, culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice și specificul influențelor pedagogice ale acestora în plan adaptiv-educațional. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea/adaptarea/socializarea personalității prin activitățile motrice cu orientarea adăptională. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățămîntului de cultură fizică adaptivă, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului educațional. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice adaptive în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățare, instruire și educare în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii

	<p>din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile educaționale ale culturii fizice adaptive.</p> <p>8. Posedarea principiilor și metodelor educaționale în desfășurarea activităților didactice din cadrul învățămîntului de cultură fizică adaptivă.</p> <p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. <i>Componenta/competența gnostică</i> – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.</p> <p>2. <i>Componenta/competența de proiectare</i> - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățămînt, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. <i>Componenta/competența constructivă</i> - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. <i>Componenta/competența organizatorică</i> - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. <i>Componenta/competența comunicativă</i> - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. <i>Componenta/competența motrică</i> - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componente activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelar competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Competența conceptuală</i> (cunoașterea bazei conținutului). 2. <i>Competența instrumentală</i> (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. <i>Competența integrativă</i> (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. <i>Competența contextuală</i> (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. <i>Competența adaptivă</i> (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i></p> <p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele

	<p>de lucru în domeniul culturii fizice adaptive.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice adaptive în cadrul instituțiilor similare de profil. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice 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 (invalidi).	11	1	2	2	6
9	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei culturii fizice adaptive.	9	1		2	6	
	Total	150	16	12	12	110	
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general și special educație fizică, sport, reabilitare și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul formațiunei profesionale integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită</p>						

	<p>din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritimizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina „<i>Cultură fizică adaptivă</i>” vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „<i>Cultură fizică adaptivă</i>”; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și</i></p>

	<p>competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Babanskii Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 2. Dumitriu Gh. Comunicare și învățare. - București: Didactică și Pedagogică, 1998. 3. Nicolo, Gr. Potențialul creativ în <i>profesia didactică</i>, în <i>Competența didactică</i>, Perspectivă psihologică (coord. Stroe Marcus), București, Editura ALL Educational, 1999 4. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 5. Salde, D. Competență, performanță, <i>competiție</i>, în <i>Revista de pedagogie</i>, nr. 1, 1990 6. Stoica M. Psihopedagogia personalității.- București: Didactică și Pedagogică, 1996. 7. Stoica M. Pedagogie și psihologie – pentru examenele de definitivare și 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. Слагаемые педагогические технологии. – М.: Педагогика, 1989. 11. Бернштейн Н. А.Очерки по физиологии движений и физиологии активности. – М.: Медицина, 1966. 12. Выдрин В.М. <i>Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем)</i>. – Омск, 2003. 13. Данаил С. Современные проблемы физкультурного образования в контексте разработок теории деятельности и личности // <i>Știința culturii fizice</i>. – Nr.4. – Chișinău: 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. 	

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">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 Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.21. Клингберг Л. <i>Проблемы теории обучения.</i> – 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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	<p>Disciplina de studii „Comunicarea profesională științifică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este centrat pe obiective, care sunt în conformitate cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">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 procedurilor 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). <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la îndeplinirea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind organizate în baza principiilor atât cronologic, cât și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor</p>						

	<p>studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest considerent, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fixe.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a comunicării profesionale științifice la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea argumentelor privind aspectele comunicative ale comunicării profesionale în corespundere cu factorii personali și profesionali; • Analiza procedeele și metodelor de elaborare a textului științific; • Utilizarea ansamblului metodelor și formelor de comunicare profesională în comunitatea științifică; • Formarea unui comportament comunicativ profesional științific în corespundere cu normele în vigoare de elaborare a unui text științific. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posedarea și utilizarea eficientă a termenilor specifici comunicării profesionale științifice; • Ordonarea și mânuirea corectă a procedeele și metodelor de elaborare a unui text științific în mediul academic sportiv; • Autoevaluarea obiectivă și calitativă a nevoii de formare profesională în scopul formării unui comportament comunicativ profesional de calitate în corespundere cu necesitățile impuse de comunitățile științifice naționale și internaționale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Comunicarea profesională științifică” (competență comunicativă, profesionalism, competență științifică etc.); ➤ să definească noțiunea de termen; ➤ să cunoască particularitățile verbale ale stilului științific; ➤ să identifice specificul comunicării profesionale științifice; ➤ să cunoască care este tipologia textelor științifice; ➤ să cunoască diversitatea formelor comunicative utilizate în comunicarea profesională științifică orală; ➤ să cunoască ansamblul metodelor și formelor de comunicare profesională științifică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine procedeele textuale care fac ca textul să capete un aspect științific; ➤ să elaboreze texte științifice conform cerințelor înaintate de comunitatea științifică; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează particularitățile verbale ale textului științific; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate, reflectându-le în texte științifice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele comunicativ-profesionale în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității de elaborare a textelor științifice; ➤ să poată găsi legăturile dintre diversitatea formelor de elaborare a textelor științifice; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul proiectului de cercetare final elaborat, sub îndrumarea profesorului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Conceptul de comunicare. Definiții și principii.	8	2	-	-	6
	2	Bazale comunicării profesionale.	8	2	-	-	6
	3	Stilul științific și subtilurile lui.	8	2	-	-	6
	4	Noțiunea de termin.	8	2	-	-	6
	5	Particularitățile verbale ale stilului științific.	10	2	2	-	6
	6	Procedeele și metodele de elaborare a textului științific.	10	2	2	-	6
	7	Textul. Noțiunea de text. Procedeele de elaborare a textului.	12	2	2	2	6
	8	Tipologia textelor științifice. Caracteristicile și elaborarea lor.	16	2	2	2	10
	9	Comunicarea profesională științifică orală.	16	2	2	2	10
	10	Comunicarea științifică ca ansamblu de forme și metode de comunicare profesională în comunitatea științifică.	16	2	2	2	10
	Total		150	20	12	8	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se</p>						

	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	<p>1.Aftimiciuc O., Gönczi-Raicu M. Probleme actuale privind formarea capacităților integrative de coordonare în cadrul disciplinei "Educația ritmico-muzicală" // Analele Universității de Vest din Timișoara: Sesiunea de comun. științ. Timișoara: Univ. de Vest Timișoara, 1999. P. 8-10.</p> <p>2.Booth Waine, Colomb Gregori, Williams Jozeph, The craft of research 3rd ed. 2008, 377 p.</p> <p>3.Cartaleanu T. și alții. Formarea de competențe prin strategii didactice interactive. Chișinău, 2008.</p> <p>4.Danail S. N. Conținutul activității de comunicare didactică a profesorului de cultură fizică în sistemul "Lecție" // Sesiune de comunicări și referate cu ocazia împlinirii a 25 de ani de creație pedagogică a corpului profesoral al catedrei de gimnastică. Chișinău: I.N.E.F.S., 1993. P. 110-125.</p> <p>5.Eco Umberto, Cum se face o teză de licență. Disciplinele umaniste, colecția Biblioteca Italiană, traducere de George Popescu, Editura Pontica, Constanța, 2000, pp. 181-182.</p> <p>6.Morjan, I., Conference "Competencies and Capabilities in Education" Oradea, 2009. p.274</p> <p>7.Tomșa N. Pregătirea studenților facultăților de educație fizică și sport pentru comunicarea dialogo-didactică: Autoref. dis. ... doctor în pedagogie. Chișinău: INEFS, 2003. 28 p.</p> <p>8.Vintan L., Calitatea cercetării prin abordări scientometrice, Euroeconomia, XXI, ISSN 1841-0707, nr. 53, Sibiu, 24 februarie 2006</p> <p>9.Vintan L., Scrierea și publicarea științifică, University of Sibiu, Computer Science and Engineering Department, http://webspaces.ulbsibiu.ro/lucian.vintan/html/Acad.pdf</p>		



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

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Bazele metodologice ale proiectării activităților de cultură fizică					
Titularul cursului		Branște 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@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	16	12	12	110	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă <i>Bazele metodologice ale proiectării activităților de cultură fizică</i> se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil de specialitate, care asigură pregătirea multilaterală a studenților programului de master TMCF cu cunoștințe teoretico-metodice și abilitați practice pentru activitatea de proiectare a procesului educațional. Însușirea acestui obiect va contribui la formarea unor cunoștințe de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de panificare/proiectare, în desfășurarea activităților de cultură fizică, sport, recreație și recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenților masteranzi etc.</p> <p>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 tangențe cu alte domenii înrudite, să generalizeze experiența specialiștilor novatori, să însușească conceptele teoretico - științifice ale activităților de proiectare, să elaboreze noi căi de perfecționare a demersului educațional, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode și forme de planificare a etapelor de instruire.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">- proiectarea activității instructiv-educative în conformitate cu curricula educației fizice pe diferite trepte de învățământ;- folosirea unor metode și tehnici de predare flexibile și inovative, specifice domeniului educației fizice, eficiente pentru dezvoltarea multilaterală și armonioasă a individului;- utilizarea adecvată a mijloacelor de învățământ și a auxiliarelor didactice urmărind rigurozitatea științifică și didactică;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>- proiectarea și dezvoltarea curriculum-ului opțional în funcție de specificul activității de educație fizică, sport, recreație și recuperare, resursele materiale și umane precum și de interesele practicanților, stabilind conținuturi cu caracter formativ;</p> <p>- elaborarea proiectării didactice folosind strategii activ-participative și obiective operaționale corect formulate.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>- cunoașterea planificării generale, globale și eșalonată a activităților pedagogice-manageriale în cadrul procesului de educație fizică, sport, recreație și recuperare</p> <p>- cunoașterea și formularea obiectivelor de referință, stabilirea strategiilor și determinarea conținuturilor educaționale în cadrul sistemului didactic „Lecție”, administrarea efortului fizic în cadrul structurilor de bază ale lecției și integral</p> <p>- abilitați manageriale, didactice și de aplicare a metodelor progresive în procesul de desfășurare a lecției</p> <p>- abilitați de aplicare și de realizare a metodelor de control pedagogic</p> <p>- abilitați de planificare a activităților educative cu subiecții implicați în lecție</p> <p>- capacitatea de aplicare a metodologiilor fiziodiagnostice pentru evaluarea influențelor fiziopedagogice ale efortului fizic</p> <p>- atitudini de proiectare algoritmică a unei sarcini motrice sub aspectul formării bazelor orientative, executive, de control și evaluative.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități :</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 și 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. Competențe de planificare utilizând capacitățile 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. 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 științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „EDUCAȚIE FIZICĂ, SPORT, RECREAȚIE ȘI REABILITARE”. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
	<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>	
<p>1</p>	<p>CONCEPTUL DE COMPETENȚĂ</p>		<p>8</p>	<p>2</p>		<p>6</p>
<p>1.1</p>	<p>Reperete de bază ale conceptului de competență</p>		<p>5</p>		<p>1</p>	<p>4</p>
<p>1.2</p>	<p>Etapele și algoritmul formării competențelor în procesul de studiu</p>		<p>4</p>			<p>4</p>
<p>2</p>	<p>ÎNCADRAREA LECȚIEI ÎN SISTEMUL DE LECȚII</p>		<p>10</p>	<p>2</p>		<p>8</p>
<p>2.1</p>	<p>„Lecția” reflectată în documentele</p>		<p>5</p>		<p>1</p>	<p>4</p>

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 lecției	6			2	4
	3.4	Algoritmul formării competențelor de proiectare didactică	5		1		4
	4	STABILIREA OBIECTIVELOR OPERAȚIONALE CARE PERMIT REALIZAREA SUBCOMPETENȚELOR	4	2			2
	4.1	Introducere în problematica elaborării obiectivelor educaționale. Evoluții semnificative în teoria și practica elaborării obiectivelor. Strategiile de elaborare a obiectivelor. Strategia deductivă. Problema scopurilor generale și cea a obiectivelor intermediare	5		1		4
	4.2	Strategia inductivă. Descrierea sarcinilor. Analiza psiho-pedagogică a sarcinilor învățării. Operaționalizarea obiectivelor educaționale. Termenul de obiectiv operațional și procedurile clasice de operaționalizare	6			2	4
	5	CRITERII DE STABILIRE SI STRUCTURARE A CONȚINUTULUI ÎNVĂȚĂMÂNTULUI	4	2			2
	5.1	Elaborarea, structurarea și integrarea conținutului obiectelor de învățământ	6			2	4
	5.2	Corelația dintre cultura generală, cultura profesională și cultura de specialitate	6		2		4
	6	ELABORAREA STRATEGIEI DIDACTICE	6	2			4
	6.1	Definirea și caracterizarea strategiei și tacticii didactice. Tipologia strategiei didactice. Structura strategiei didactice	2				2
	6.2	Concepte de: tehnologie, metodologie, metodă, procedeu. Caracteristici ale metodelor de învățământ. Taxonomia metodelor didactice	6		2		4
	6.3	Prezentarea analitică a metodelor de învățământ	6			2	4
	7	STABILIREA STRUCTURII PROCESUALE A LECȚIEI	3	1			2
	7.1	Forme de organizare a procesului de învățământ. Definiție și tipologie. Lecția formă de bază în organizarea procesului de învățământ	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; MODALITĂȚILOR 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/studentșilor față de apreciere și note.	4			2	2
Total		150	16	12	12	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul, laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor scrise</i> cu diverse conținuturi referitoare la fenomenul de educație fizică, sport, recreare și recuperare • Elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. • Planificarea <i>conferințelor științifice</i> privind anumite evenimente specifice educației fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației; • Planificarea de <i>miniproiecte</i> privind perfecționarea și valorificarea fenomenului de educație fizică, sport, recreare și recuperare; • Organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții masteranzi din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice, sportului, recreației și recuperării; • Planificarea și participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile specializate cu care colaborează USEFS. 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea inițială / evaluarea formativă / evaluarea sumativă: - evaluarea orală/scrisă: test docimologic, referat, proiect de intervenție, prezentare de proiect individual/de grup, studiu de caz, eseu, rezolvare de probleme, rezumat, discurs, lucrări de portofoliu, raport cu privire la desfășurarea practicii/pedagogice de cercetare; - susținerea tezei de master.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Barbier, I.,M., (1985). <i>Levaluation en formation</i>, P:U:F:; Paris 2. Bonchiș E.(coord),(2002). <i>Învățarea școlară</i>, Editura Universității Emanuel, Oradea. 3. Blândul, V., C., (2004). <i>Evaluarea didactică interactivă</i>, E.D.P., București 4. Cristea, S., (1998). <i>Dicționar de termeni pedagogici</i>, E. D. P. București. 5. Ionescu, M., Radu, I., (1995). <i>Didactica modernă</i>, Editura Dacia, Cluj-Napoca, 					

- | | |
|--|--|
| | <p>6. Ionescu, M., (2000). <i>Demersuri creative în predare și învățare</i>, Editura Editura Presa Universitară Clujeană; Cluj-Napoca,</p> <p>7. Ionescu, M., (2005). <i>Instrucție și educație</i>, „Vasile Goldiș” University Press, Arad,</p> <p>8. Vrabie, D., (1994) <i>Psihologia atitudinii elevului față de aprecierea școlară</i>, Editura Porto-Franco, Galați.</p> <p>9. Jurcău , N., (coord.)(2000). <i>Psihologie educațională</i>, Editura U:T. Press, Cluj-Napoca</p> <p>10.Stanciu, M., (2003), <i>Didactica modernă</i>, Editura Universității Suceava .</p> <p>11.Stan, C., (2001), <i>Autoevaluarea și evaluarea didactică</i>, Editura Presa Universitară Clujeană; Cluj-Napoca.</p> |
|--|--|



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative					
Titularul cursului		Danail Serghei					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02. A.10	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limbade 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 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	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional-aplicative” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de psihopedagog, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de educație fizică profesional-aplicativă în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Disciplina de studii „Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Pedagogia Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare,</p>						

	<p>instruire și educare în cadrul teoriei educației fizice profesional-aplicative.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice cu orientare profesional-aplicativă. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei educației fizice profesional-aplicative în activitățile educaționale. <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul psihopedagogiei educației fizice includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de fitness și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului de psihopedagogie în domeniul educației fizice profesional-aplicative.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional-aplicative ca știință. 2. Cunoașterea bazelor fiziologice, psihologice și pedagogice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice profesional-aplicative în plan culturologic, acmeologic, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare. 7. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității prin activitățile motrice cu orientare aplicativă profesională. 8. Cunoașterea strategiilor și tacticilor activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice în cadrul educației fizice profesional-aplicative. 9. Realizarea principiilor didactice, strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ în sistemul de pregătire fizică profesional-aplicativă. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale orientate spre pregătire profesional-aplicativă a personalității specialistului. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice de formare psixosocială a personalității în cadrul procesului educațional al culturii fizice profesional-aplicative. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice profesional-aplicative în în formarea socio-profesională a personalității specialistului.

5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică profesional-aplicativă – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile necesare personalității specialistului pentru realizarea reușită a obiectivelor din cadrul activității socioprofessionale.

6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare.

7. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază.

8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile ale procesului educațional de educație fizică profesional-aplicativă.

9. Posedarea principiilor și metodelor de învățare, de instruire și de educare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative cu orientare profesional-aplicativă.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.

1. **Componenta/competența gnostică** – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

2. **Componenta/competența de proiectare** - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățămînt, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. **Componenta/competența constructivă** - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive.

4. **Componenta/competența organizatorică** -competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

5. **Componenta/competența comunicativă** - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

6. **Componenta/competența motrică** - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componenteii activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelar competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. **Competența conceptuală** (cunoașterea bazei conținutului).

2. **Competența instrumentală** (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).

3. **Competența integrativă** (abilitatea de a implementa cunoștințele).

4. **Competența contextuală** (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în

	contextul condițiilor reale). 5. <i>Competența adaptivă</i> (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i></p> <p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul Culturii fizice profesional-aplicative. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Cultura fizică ca fenomen social, cultural și educațional al societății umane.	12	2	2	8
	2	Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative ca obiect de abordare științifică și de studiu.	16	2	2	12
	3	Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.	16	2	2	12
	4	Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	14	2	2	10
	5	Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare cu orientare profesional-aplicativă.	16	2	2	12
	6	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza orientativă pentru educația fizică profesional-aplicativă.	16	2	2	12
7	Teoria activității ca factor definitiv în formarea conceptului de cultură fizică	14	2	2	10	

		profesional-aplicativă.				
	8	Educația fizică profesional-aplicativă a studenților.	14	2	2	10
	9	Diagnostica și controlul pedagogic în cadrul activităților de educație fizică profesional-aplicative.	16	2	2	12
	10	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei educației fizice profesional-aplicative.	16	2	2	12
	Total		150	20	20	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizice profesional-aplicative. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul calității integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice cu orientare profesional-aplicativă. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cât mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritimizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre</p>					

	profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.	
Strategiideevaluare	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei „Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative” îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina „Bazele teoretico-metodologice ale culturii fizice profesional aplicative” vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei „Teoria și metodologia educației fizice profesional-aplicative”; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărui se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilireanoteifinale(ponderearexprimatăîn %)	Notafinală	100%
	Notapentruevaluareafinală	40%
	Notaevaluareacurentă	20%
	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%
	Notalucruluiindividual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Ceban V., Danail S. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studenților la facultățile pedagogice universitare: Material didactic. – Chișinău: CEP USM, 2004.</p> <p>2. Danail S.N. Oneț I. Optimizarea pregătirii fizice profesional-aplicative a viitorilor ingineri navali prin implementarea în lecțiile de educație fizică a mijloacelor din înot și baschet (monografie). - Chișinău: Valinex, 2007.</p> <p>3. Drăgănescu E. Optimizarea conținutului educației fizice privind pregătirea profesional aplicativă a studenților de la universitățile de medicină în baza intensificării procesului de studii: Dis. ... doct. în. șt. ped. - Chișinău, 2000.</p> <p>4. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale: Vol. I și Vol. II. - Academia Națională de Educație Fizică și Sport. – București, 1992.</p> <p>5. Filipescu D. Pregătirea fizică profesional-aplicativă a studenților universitari de medicină în cadrul disciplinei “Gimnastica”: Dis. ... doct. în. șt. ped. – Chișinău, 1999.</p>	

6. Mărgineanu N. Selecția și orientarea profesională. – București: Didactică și 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale în cercetarea științifică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este centrat pe obiective, care sunt în conformitate cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințele teoretice și practice în domeniul culturii fizice.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Elaborarea și gestionarea textelor științifice în domeniul culturii fizice.2. Aplicarea metodelor și procedeele 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). <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculumul vin să ajute la îndeplinirea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind organizate în baza principiilor atât cronologic, cât și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>						

	<p>Din acest considerent, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a comunicării profesionale științifice la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea argumentelor privind utilizarea tehnologiilor informaționale în sfera științifică; • Analiza calitativă și cantitativă a activității unui tânăr cercetător științific privind utilizarea produselor tehnologiilor informaționale; • Utilizarea metodelor speciale pentru relevanța raportului elaborat de către tinerii cercetători științifici – masteranzi; • Asigurarea unui climat eficient pentru implementarea, utilizarea și desfășurarea activităților de studiu aprofundat. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice managementului calității în transferul de date; • Dirijarea activităților de studiu științific prin utilizarea eficientă a diferitor modalități de căutare, selectare a informațiilor; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și metodică cultura fizice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale în cercetarea științifică” (cercetare științifică, baze de date, dreptul de autor, servicii TIC etc.); ➤ să definească noțiunea de societate informațională; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității de cercetare științifică cu utilizarea serviciilor TIC; ➤ să identifice specificul activității de redactare a lucrărilor științifice; ➤ să cunoască care sunt instrumentele pentru regăsirea informațiilor în mediul online; ➤ să cunoască particularitățile de elaborare a unei baze de date; ➤ să cunoască aspectele structurale specializate în susținerea procesului de informare - bibliotecile. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 influențează calitatea unui text științific; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele de redactare a tuturor formelor de scriere a textelor științifice; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității de cercetare; ➤ să poată găsi legăturile dintre importanța resurselor electronice în cercetarea științifică; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Conceptul de comunicare. Definiții și principii.	8	2	-	-	6
	2	Bazale comunicării profesionale.	8	2	-	-	6
	3	Stilul științific și substilurile lui.	8	2	-	-	6
	4	Noțiunea de termin.	8	2	-	-	6
	5	Particularitățile verbale ale stilului științific.	10	2	2	-	6
	6	Procedeele și metodele de elaborare a textului științific.	10	2	2	-	6
	7	Textul. Noțiunea de text. Procedeele de elaborare a textului.	12	2	2	2	6
	8	Tipologia textelor științifice. Caracteristicile și elaborarea lor.	16	2	2	2	10
	9	Comunicarea profesională științifică orală.	16	2	2	2	10
	10	Comunicarea științifică ca ansamblu de forme și metode de comunicare profesională în comunitatea științifică.	16	2	2	2	10
	Total		150	20	12	8	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela (2008) <i>Managementul resurselor informationale in cercetarea stiintifica</i>. Brasov: Editura Universitatii Transilvania din Brasov. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătăram, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, Tehnologia informației și a comunicațiilor, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, ECDL Start modulele obligatorii, Editura Andreco Educațional Grup, București, 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) <i>Managementul informatiei si al bibliotecilor in mileniul III</i>, 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	12	8	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia educației fizice și sportului” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 <i>Psihopedagogia educației fizice și sportului, Master de profesionalizare</i> pentru calificarea și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiile didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia educației fizice și sportului” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina „Psihologia educației fizice și sportului” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a catedrei și are menirea să-și aducă contribuții specifice la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p>						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studii; ➤ să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; ➤ să posede definiții și semnificații a termenilor specifici domeniului; ➤ să posede metode de investigare specifice domeniului; ➤ să identifice problematica psihologiei educației fizice și sportului; ➤ să cunoască soluțiile privind promovarea psihologiei educației fizice și sportului în domeniu. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze conceptele fundamentale din domeniu; ➤ să posede diferite maniere de argumentarea a propriei viziuni; ➤ să-și 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 cunoștințe, capacități acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să demonstreze capacități de comunicare și de dezbatere a subiectelor; ➤ să aplice principiile gândirii critice și divergente într-o discuție despre psihologia educației fizice și sportului; ➤ să justifice universul valoric personal și armonizarea acestuia cu valorile sportului; ➤ să-și dezvolte capacitatea de activitate individuală într-un sistem de activitate sportivă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Psihologia educației fizice și sportului în contextul științelor educației	12	2	2		8
	2	Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului. Tendințele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului	12	2	2		8
	3	Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic. Psihologia performanței sportive. Conceptul de performanță. Factorii performanței sportive	22	2	2		18
	4	Reacțiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres	23	2		2	19
	5	Definiția concursului. Psihosociologia competiției. Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs	22	2	2		18
	6	Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conținut. Proiectarea pregătirii psihice.	22	2	2		18
	7	Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport		2		2	
	8	Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului. Selecția psihologică în sport.	23	2		2	19
	9	Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica și coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.	22	2	2		18
	10	Strategii de asistență și consiliere psihologică în educația fizică și sport	14	2		2	10
		Total		150	20	12	8
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt</p>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Epuran M., Modelarea conduitei sportive, București, Sport – Turism,1990. 2. Epuran M., Psihologia educației fizice și sportului, București, Sport - Turism, 2011.Holdevici I., Psihologia succesului. București, Edit. Ceres, 2003. 3. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 4. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 5. Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015 6. Goncearuc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. 7. Goncearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău 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 Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014. 10. Goncearuc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. 11. Goncearuc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014. 12. Goncearuc Sv., Leșcu Ar. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii 13. Goncearuc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 14. Goncearuc Sv., Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, materialele 	

	<p>Conferinței științifice internaționale 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău. 15.Guțu VI. Pedagogie. Chișinău: CEP USM, 2013. 16.Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie , autoreglare, performanță, București, ed. Sport-Turism 2008.</p>
--	---



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

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Teoria și metodologia culturii fizice					
Denumirea cursului		Asigurarea științifico-metodologică a activității sportive					
Titularul cursului		Triboi Vasile					
Ciclul (<i>M-master</i>)	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	BTFC	Numărul total de ore (<i>pesemestru</i>) din planul de învățământ (<i>C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri</i>)					
e-mail	catedra_btfc@ma.il.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		110	16	12	12	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina “Asigurarea științifico-metodologica a activității sportive” își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea Curriculumului cu strategiile europene din domeniul culturii fizice, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți contemporane.</p> <p>În procesul de modernizare a Curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • experiențele programelor anterioare de predare a disciplinei ASMAS la nivel național, recomandările referitoare la documente elaborate la nivel european și mondial ca: Recomandările Adunării Parlamentare cu privire la dimensiunea europeană a educației (Recomandarea 1111/1989) și Memorandumul pentru educația permanentă, elaborat de Uniunea Europeană; • problema formării unor competențe integratoare la studenți, care să fie aplicabile în viața cotidiană și în viitoarea profesie; • contribuția ASMAS la finalitățile sistemului de învățământ din republică și a competențelor cheie; • contribuția disciplinelor de profil specializat la formarea absolventului cu accent pe competențele care vizează: cunoașterea, înțelegerea, comunicarea, predarea și participarea activă a acestuia la rezolvarea problemelor specifice domeniului de recuperare; • noile oportunități de predare-învățare a disciplinelor de profil; • necesitatea legăturii interdisciplinare în procesul de predare a 						

	<p>disciplinei ASMAS.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul științe ale sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Să aibă un obiect precis de studiu sau de cunoaștere, care să-i fie propriu și recunoscut ca aparținând ca atare, în mod exclusiv, domeniului respective de cunoaștere și numai acestuia.</p> <p>2. Să aibă o metodologie proprie, specifică domeniului respectiv, cu care să opereze „cunoașterea științifică” a obiectului cercetat, iar prin acesta să poată explica natura obiectului cunoașterii sale.</p> <p>3. Să dispună de un limbaj științific propriu, specific, care să fie capabil de a exprima volumul de cunoștințe din domeniul științei respective, într-o manieră explicit-inteligibilă.</p> <p>4. Să aibă un scop teoretic, pe care-l urmărește și-l explică, precum și o utilitate practică, ele răspunzând împreună unor nevoi specifice, pentru a le putea valorifica în viața practică; acest aspect privește însăși „validitatea” și „valoarea” științei respective.</p> <p>5. Să se articuleze inteligibil cu alte domenii de cunoaștere științifică, în sensul de a avea capacitatea de a stabili raporturi logice cu alte științe, să „ofere” din cunoștințele sale altor domenii și să utilizeze pentru sine cunoștințe din domeniile înrudite.</p> <p>6. Să fie capabil să realizeze relații de interdisciplinaritate cu alte domenii de cunoaștere științifică, iar din această „combinație” să poată rezulta domenii de cunoaștere științifică sintetică, superioare, noi, cu un orizont de cunoaștere mai larg și mult mai aprofundat.</p> <p>7. Să constituie un „câmp de cunoștințe” specifice, cu un profil propriu, unic, bine determinat și susținut de fapte, cu legi proprii; să poată constitui un sistem de cunoștințe teoretice, o „teorie științifică” sau un „câmp epistemic” care să aibă în primul rând valoare de „adevăr științific”.</p> <p>8. Să fie inteligibilă, organizată logic, după un anumit sistem de valori, să accepte schimbări, noutatea, să se îmbogățească încontinuu și să fie, la rândul său, creatoare de valori, de cunoștințe și de deprinderi practice noi.</p> <p>9. Să constituie un sistem de informare-instrucție didactică sau un „sistem pedagogic” de învățare-cunoaștere, capabil de a transmite cunoștințe dintr-un domeniu sau despre anumite obiecte, fenomene etc. cu rol de învățare, realizând în acest scop un act de formare de specialiști în domeniul științific respectiv.</p> <p>10. Să aibă principii, legi, reguli proprii, după care să se ghideze și care să exprime relațiile sale interne, dar concomitent și ordinea logică a domeniului de cunoaștere respectivă.</p> <p>11. Să aibă capacitatea ca, plecând de la cunoștințele sale teoretice, să dezvolte o activitate practică utilă.</p> <p>12. Să fie accesibil, deschis și permisiv înnoirilor și progresului, putându-se în felul acesta dezvolta.</p> <p>13. Să aibă capacitatea de a construi un „model teoretic” care să reproducă „obiectul” cunoașterii științifice respective (de exemplu, în psihologie - „persoana” sau „personalitatea”; în psihiatrie - „boala psihică” etc.).</p>
<p>Finalități și</p>	<p>La finele acestui curs studenții vor fi capabili:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască problemele actuale ale ASMAS.; - să cunoască fenomenul științei și caracteristicile ei; - să definească noțiunile principale ale cercetării științifice; - să cunoască domeniul și sfera științelor umane; - să posede de cunoștințele și priceperile pedagogice necesare

performanțe la curs/modul	specialiștilor din domeniul culturii fizice în activitatea de cercetare științifică; <ul style="list-style-type: none"> - să aplice metode științifice de obținere de cunoștințe; - să opereze cu metode de cercetare și cunoaștere în domeniul culturii fizic; - să cunoască principiile în activitatea de cercetare științifică ; - să cunoască formele de organizare și desfășurare a activităților de cercetare in domeniul EFS; - să asimileze metodologia activității de cercetare științifică în domeniul culturii fizice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	Curs	Seminar	LP	LI
	Principalele noțiuni privitoare la cercetarea științifică.Obiectul cercetării în știința activităților corporale	6	1		1	4
	METODOLOGIA GENERALĂ A CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE					
	Metodologia.Metoda Tehnici și procedee de cercetare.Rolul ipotezei în cercetarea științifică. Măsurarea în cercetare.	6	1	1		4
	METODOLOGIA CERCETĂRII ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT					
	Metodologia cercetării în educația fizică.Metoda observației și tehnica ei.Metoda experimentală.Metoda anchetei.	6	1		1	4
	TEHNICA DOCUMENTARII ÎN CERCETAREA ȘTIINȚIFICĂ					
Noțiuni de bibliografie. Căutarea surselor de informare. Indexarea coordonată.Biblioteca personală și catalogul online. Surse de referință și publicațiile anuale retrospective.. Surse de referință și publicațiile anuale retrospective.Enciclopedii specializate și dicționare. Alte resurse de consultat Enciclopedii specializate și dicționare.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 Internetului.Motoarele de căutare. Directoare și portaluri web. Pagini-cheie ale Academiiilor și	9	1	1	1	6	

Asociațiilor.					
ORGANIZAREA ȘI MANAGEMENTUL PROIECTELOR DE CERCETARE ȘTIINȚIFICĂ					
Tehnici de colectare a datelor.Tehnici de analiză a datelor. Model de Metodologie de Cercetare pentru Știința Sportului și Exercițiului Fizic Conținutul și forma exercițiilor fizice de recuperare Cercetarea literaturii, Internetul și Tehnologia informației Index.Cercetarea „în bibliotecă”, Internet-ului și Tehnologia Informației.	9	1	1	1	6
NOȚIUNI DE STATISTICĂ MATEMATICĂ APLICATE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT					
Exerciții de întremare generală și speciale. Indicii clasificării exercițiilor fizice.Exerciții sportiv-aplicative. Exerciții de transmitere a impulsurilor.Caracteristica energetică a exercițiilor fizice.	9	1	1	1	6
CERINȚELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCITIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	6	1		1	4
BAZA ȘTIINȚIFICĂ A DOMENIULUI CULTURII FIZICE ȘI SPORTULUI DIN REPUBLICA MOLDOVA					
Prioritățile politicii de stat cu privire la dezvoltarea științei culturii fizice și sportului.Crearea condițiilor pentru dezvoltarea științei sportului Măsuri de dezvoltare a potențialului profesional.	9	1	1	1	6
NOȚIUNI INTRODUCTIVE					
Principalele noțiuni privitoare la cercetarea științifică.Obiectul cercetării în știința activităților corporale	9	1	1	1	6
METODOLOGIA GENERALĂ A CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE					

Metodologia. Metoda. Tehnici și procedee de cercetare. Rolul ipotezei în cercetarea științifică. Măsurarea în cercetare.	9	1	1	1	6
METODOLOGIA CERCETĂRII ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT					
Metodologia cercetării în educația fizică. Metoda observației și tehnica ei. Metoda experimentală. Metoda anchetei.	9	1	1	1	6
TEHNICA DOCUMENTARII ÎN CERCETAREA ȘTIINȚIFICĂ					
Noțiuni de bibliografie. Căutarea surselor de informare. Indexarea coordonată. Biblioteca personală și catalogul online. Surse de referință și publicațiile anuale retrospective. Surse de referință și publicațiile anuale retrospective. Enciclopedii specializate și dicționare. Alte resurse de consultat Enciclopedii specializate și dicționare. 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 Internetului. Motoarele de căutare. Directoare și portaluri web. Pagini-cheie ale Academiei și Asociațiilor.	9	1	1	1	6
ORGANIZAREA ȘI MANAGEMENTUL PROIECTELOR DE CERCETARE ȘTIINȚIFICĂ					
Tehnici de colectare a datelor. Tehnici de analiză a datelor. Model de Metodologie de Cercetare pentru Știința Sportului și Exercițiului Fizic. Conținutul și forma exercițiilor fizice de recuperare. Cercetarea literaturii, Internetul și Tehnologia informației Index. Cercetarea „în bibliotecă”, Internet-ului și Tehnologia Informației.	6	1	1		4
NOȚIUNI DE STATISTICĂ MATEMATICĂ APLICATE					

	ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT					
	Exerciții de întremare generală și speciale. Indicii clasificării exercițiilor fizice. Exerciții sportiv-aplicative. Exerciții de transmitere a impulsurilor. Caracteristica energetică a exercițiilor fizice.	6	1	1		4
	CERINȚELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCITIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	6	1		1	4
	BAZA ȘTIINȚIFICĂ A DOMENIULUI CULTURII FIZICE ȘI SPORTULUI DIN REPUBLICA MOLDOVA					
	Prioritățile politicii de stat cu privire la dezvoltarea științei culturii fizice și sportului. Crearea condițiilor pentru dezvoltarea științei sportului. Măsuri de dezvoltare a potențialului profesional	6	1	1		4
	Total	150	16	12	12	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea</p>					

	<p>dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota de evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antonelli, F. Metoda convorbirii psihologice a sportului, CNEFS, 1971. 2. Beveridge, W.I. Arta cercetării științifice, Editura Stiintifica, Bucuresti, 1968. 3. Carp Ion, Ababei Radu. Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare, USEFS, Chisinau, 224p. 4. Epuran, M. – Metodologia cercetării activitatilor corporale, Editura FEST, Bucuresti, 2005 5. Gagea, A. Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, Editura Fundației “România de Mâine”, București, 1999. 6. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport. București: Discobolul, 2010.- 665 p. 7. M. Epuran, M. Marolicaru. Metodologia cercetării științifice (ediția a III a revăzută și adăugită), Ed. Roprint, Cluj-Napoca. 8. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice. Iași, Polirom, 2005. 420 p. 9. Moscovici C. Buschini F. “Metodologia Științelor socio - umane”, București, 2006. 10. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică. 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.: Manolachi Veaceslav. Ch.: Editura USEFS (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 культуры и спорте. Мл - Academia, 2002. 	



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

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Construcția și dezvoltarea sportului pentru toți					
Titularul cursului		Triboi Vasile					
Ciclul (M- master)	M	Codul cursului	S 02 O.14	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	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	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_btfc@mail.ru		Total	C	S	L/P	LI
			110	16	12	12	110
Nota de prezentare	<p>Disciplina “Construcția și dezvoltarea sportului pentru toți” (CDSPT) își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea Curriculumului cu strategiile europene din domeniul culturii fizice, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți contemporane.</p> <p>În procesul de modernizare a Curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none">• experiențele programelor anterioare de predare a disciplinei CDSPT la nivel național, recomandările referitoare la documente elaborate la nivel european și mondial ca: Recomandările Adunării Parlamentare cu privire la dimensiunea europeană a educației (Recomandarea 1111/1989) și Memorandumul pentru educația permanentă, elaborat de Uniunea Europeană;• problema formării unor competențe integratoare la studenți, care să fie aplicabile în viața cotidiană și în viitoarea profesie;• contribuția CDSPT la finalitățile sistemului de învățământ din republică și a competențelor cheie;• contribuția disciplinelor de profil specializat la formarea absolventului cu accent pe competențele care vizează: cunoașterea, înțelegerea, comunicarea, predarea și participarea activă a acestuia la rezolvarea problemelor specifice domeniului de recuperare;• noile oportunități de predare-învățare a disciplinelor de profil;• necesitatea legăturii interdisciplinare în procesul de predare a disciplinei						

	<p>CDSPT.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul științe ale sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Să aibă un obiect precis de studiu sau de cunoaștere, care să-i fie propriu și recunoscut ca aparținând ca atare, în mod exclusiv, domeniului respectiv de cunoaștere și numai acestuia.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să analizeze conceptele fundamentale; 2. Să fie pregătit să ia decizii în timp oportun; 3. Să fie capabil de ași expune părerea personală referitor ideile sau ipotezele formulate într-o dezbateră; 4. Să aplice cunoștințe, capacități acumulate în procesul de studii și activitatea profesională. 5. Să manifeste unele capacități mobilizatoare; 6. Să fie capabil de a cultiva unele deprinderi de instructor s-au tehnician; 7. Să demonstreze capacități de comunicare și de dezbateră a subiectelor; 8. Valorificarea optimă și creativă a propriului potențial pentru buna desfășurare a activității în școală, club, societate, etc. 9. Valorificare optimă și creativă a propriului potențial în procesul de organizare a programelor de fitness. 10. Să fie capabil să realizeze relații de interdisciplinaritate cu alte domenii de cunoaștere științifică, iar din această „combinație” să poată rezulta domenii de cunoaștere științifică sintetică, superioare, noi, cu un orizont de cunoaștere mai larg și mult mai aprofundat. 11. Să fie inteligibilă, organizată logic, după un anumit sistem de valori, să accepte schimbări, noutatea, să se îmbogățească încontinuu și să fie, la rândul său, creatoare de valori, de cunoștințe și de deprinderi practice noi. 12. Să constituie un sistem de informare-instrucție didactică sau un „sistem pedagogic” de învățare-cunoaștere, capabil de a transmite cunoștințe dintr-un domeniu sau despre anumite obiecte, fenomene etc. cu rol de învățare, realizând în acest scop un act de formare de specialiști în domeniul științific respectiv. 13. Să aibă principii, legi, reguli proprii, după care să se ghideze și care să exprime relațiile sale interne, dar concomitent și ordinea logică a domeniului de cunoaștere respectivă. 14. Să aibă capacitatea ca, plecând de la cunoștințele sale teoretice, să dezvolte o activitate practică utilă. 15. Să fie accesibil, deschis și permisiv înnoirilor și progresului, putându-se în felul acesta să se dezvolte.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La finele acestui curs studenții vor fi capabili:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască problemele actuale ale CDSPT; - să cunoască problemele actuale ale teoriei și metodologiei culturii fizice ca știință și obiect de studiu și educației pentru sănătate; - să caracterizeze educația fizică ca fenomen social și componentă a procesului educațional în instituțiile preuniversitare; - să definească noțiunile principale ale teoriei și metodicii culturii fizice ; - să cunoască și să respecte principiile sistemului de cultură fizică în cadrul activităților de educație fizică și sport; - să posede metodologia de operaționalizare a obiectivelor curriculare în cadrul activităților de educație fizică și sport; - să aplice mijloacele culturii fizice în diverse activități desfășurate cu copiii din învățământul preuniversitar în scopuri instructive și de asanare; - să opereze cu metodele de instruire în cadrul procesului de formare a sistemului de cunoștințe teoretice, priceperilor și deprinderilor motrice, dezvoltării calităților motrice;

	<ul style="list-style-type: none"> - să cunoască particularitățile anatomo-fiziologice, psihice și motrice de dezvoltare populației de diferite vârste; - să cunoască formele de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică cu copiii din instituțiile preuniversitare; - să asimileze metodologia de proiectare a activității de educație fizică la toate nivelurile de învățământ; - să cunoască factorii ce determină starea de sănătate a elevilor; - să ducă sistematic evidență asupra stării de sănătate și comportamentului subiecților în procesul de organizare și desfășurare a activităților de educație 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 TOȚI					
	Noțiunea sportului pentru toți Sport – sănătate – producție	9	1	2		6
	"SPORTUL PENTRU TOȚI" ÎN REPUBLICA MOLDOVA. REALIZĂRI ȘI PERSPECTIVE					
	Scurt istoric al culturii fizice și sportului. Sistemul structurilor sportive din Republica Moldova Situția actuală în domeniul culturii fizice și sportului	9	1	2		6
	IMPORTANȚA SPORTULUI PENTRU TOȚI ÎN ACTIVITĂȚILE PROFESIONALE					
	Sarcinile generale și speciale în procesul pregătirii fizice pentru activitatea profesională. Mijloacele și bazele metodicii. Bazele metodice și formele de organizare.	12	2	2		8
	"SPORTUL PENTRU TOȚI" A COPIILOR ÎN PERIOADA PREȘCOLARĂ					
	Importanță și sarcinile sportului pentru toți în instituțiile preșcolare	12	2		2	8
	CONȚINUTUL ȘI OBIECTIVELE SPORTULUI PENTRU TOȚI ÎN CADRUL ÎNVĂȚĂMÎNTULUI ȘCOLAR					
	Formele de organizare. Cerințele privind realizarea principiului de întărire a sănătății	12	2		2	8
	"SPORTUL PENTRU TOȚI" ÎN SISTEMUL ACTIVITĂȚILOR EXTRASCOLARE					
	Particularitățile definitorii	12	2		2	8
"SPORTUL PENTRU TOȚI" ÎN SISTEMUL ÎNVĂȚĂMÎNTULUI UNIVERSITAR. CONȚINUTUL ȘI OBIECTIVELE						

	Sarcinile și bazele de organizare Conținutul și obiectivele.	18	2	2	2	12
	ÎNSEMNĂTATEA ȘI CONDIȚIILE DE PRACTICARE A SPORTULUI PENTRU TOȚI LA POPULAȚIA ADULTĂ					
	Factorii de bază care determină particularitățile educației fizice a adulților	12	2		2	8
	"SPORTUL PENTRU TOȚI" ÎN CADRUL ÎNTREPRINDERILOR DE PRODUCȚIE					
	Educația fizică și altele forme de utilizare dirijată a culturii fizice în perioada de bază a activității de producție	9	1	2		6
	«SPORTUL PENTRU TOȚI» ÎN VIAȚA OAMENILOR DE VÂRSTĂ ÎNAINȚATĂ ȘI A CELOR BĂTRÎNI					
	Îmbătrânirea și sarcinile utilizării orientate a culturii fizice	15	1	2	2	10
	Total	150	16	12	12	110
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/mod ulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
Strategiideevaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>					

	<p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota de evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Buna guvernare în sport: Monografie / Liliana Budevici-Puiu, Vasile Triboi, Anatolie Budevici-Puiu. – Chișinău: S. n., 2020 (Tipogr. "Valinex"). – 239 p.: fig., tab.– Apare cu suportul financiar al proiectului "Concepția integrată a sportului național: buna guvernare, protejarea minorilor, combaterea dopajului și a corupției". – 100 ex. ISBN 978-9975-68-419-4.</p> <p>2. Cîrstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii. - București: A.N.E.F.S.. 1996.</p> <p>3. Firea E. Metodica educației fizice. - Vol. 1. II. - București: IEFS. 1984.</p> <p>4. Triboi Vasile. Metodologia sportului pentru toți (curs universitar)-Ch.USEFS, 2012 (Topogr.UTM), 108 p. ISBN 978-9975-4202-8-0.</p> <p>5. Triboi Vasile. Teoria și metodică culturii fizice (curs universitar)/Vasile Triboi – Chișinău: USEFS, 2020. – 172 – 300 ex. ISBN 978-9975-131-85-8.</p> <p>6. Triboi Vasile. Teoria și metodică educației fizice (curs universitar)/Vasile Triboi – Chișinău: USEFS, 2020. – 192 – 300 ex. ISBN 978-9975-131-86-5</p> <p>7. Фурманов А.Г. Юспа М.Б. Оздоровительная физическая культура: Учебник. — Мн.: Тесей. 2003.</p> <p>8. Фурманов А.Г. Юспа М.Б. Физическая культура трудящихся. - Мн.: Польша 1981.</p> <p>9. Матвеев Л.П., Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. - В 2-х т. - М.: Физкультура и спорт. 1976.</p> <p>10. Теория и методика физического воспитания. - В 2-х т. / Пол ред. Т.Ю. Круцевич. - Киев: Олимпийская литература, 2003.</p> <p>11. Теория и методика физической культуры: Учебник / Пол ред. Ю.Ф. Курамшина. - М. Советский спорт. 2003.</p>	



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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Construcții curriculare ale învățământului 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 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	<p>Disciplina "<i>Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică</i>" are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, sociologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei "<i>Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică</i>" vizează formarea și perfecționarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii "<i>Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică</i>" este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăților de Pedagogie și de Sport ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului "<i>Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică</i>" vizează soluționarea următorilor <i>obiective generale</i>:</p>						

	<p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare.</p> <p>- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice.</p> <p>- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei educaționale domeniului activității motrice în activitățile profesionale.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare și din esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul învățămîntului de cultură fizică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului <i>”Construcții curriculare ale învățămîntului de cultură fizică”</i> vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor medico-biologice și psihologo-sociologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului învățămîntului curricular al culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc. 5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice. 6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 7. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare/activitate profesională. 8. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității. 9. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității profesionale pedagogice. 10. Realizarea principiilor didactice în sistemul curricular al învățămîntului de cultură fizică, strategiilor, scopurilor, obiectivelor și finalităților procesului educațional. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale învățămîntului curricular de cultură fizică. 5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului curricular de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor

	<p>inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de construcția curriculară a învățământului de cultură fizică.</p> <p>8. Posedarea principiilor și metodelor educaționale în desfășurarea activităților didactice din cadrul învățământului curricular de cultură fizică</p> <p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei <i>"Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică"</i> se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. <i>Componenta/competența gnostică</i> – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.</p> <p>2. <i>Componenta/competența de proiectare</i> - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. <i>Componenta/competența constructivă</i> - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. <i>Componenta/competența organizatorică</i> - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. <i>Componenta/competența comunicativă</i> - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. <i>Componenta/competența motrică</i> - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componenteii activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelar competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Competența conceptuală</i> (cunoașterea bazei conținutului). 2. <i>Competența instrumentală</i> (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. <i>Competența integrativă</i> (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. <i>Competența contextuală</i> (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. <i>Competența adaptivă</i> (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i></p> <p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.

- Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul învățământului curricular al culturii fizice.

La nivel de înțelegere și 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 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 și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională Construcții curricularele 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	Transpoziția științei și transformarea teoriei culnirii fizice ca factori de construire a conceptului general în formarea construcțiilor curriculare ale învățământului de cultură fizică.	20	2		2	16
	4	Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică sub aspectul sistemelor pedagogice „Joc”, „Gimnastica”, „Sport”, „Recreația”.	20	2	2		16
	5	Construcții curriculare ale învățământului 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 curriculumului 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 fizice la diferite trepte de învățământ	16	2	2		12
9	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei învățământului de cultură fizică.	16	2		2	12
10	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al învățământului de cultură fizică.	12	2			10
Total		150	20	12	8	110

**Strategii de predare-
învățare 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general și special educație fizică, sport, reabilitare și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul formațiunii profesionale integrative.

Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:

- elaborarea și prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice;

- elaborarea *comunicărilor științifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică.

- elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS;

- organizarea și participarea la *discuții, mese rotunde sau conferințe* cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice;

- participarea la *acțiuni de voluntariat* în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS.

Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: *profesor și masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.

Masteranzii se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.

Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.

În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.

	Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.	
Strategii de evaluare	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi. Astfel, la disciplina <i>”Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică”</i> vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>evaluarea pregătirii teoretice generale</i> – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei <i>”Construcții curriculare ale învățământului de cultură fizică”</i> ; - <i>evaluarea prin teste docimologice</i> – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - <i>evaluarea competențelor operaționale</i> - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<p>1. Babanskii Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986.</p> <p>2. Braniște G. Proiectarea didactică în cadrul educației fizice școlare: Note de curs. Chișinău, USEFS. 2016. – 178 p.</p> <p>3. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. Editura didactică și pedagogică. R.A. București, 1999. - 283 p.</p> <p>4. Dumitriu Gh. Comunicare și învățare. - București: Didactică și Pedagogică, 1998.</p> <p>5. Dragnea A. Teoria educației fizice și sportului. Editura Cartea Școlii, București, 2000. - 241 p.</p> <p>6. Epuran M. Învățarea motrică: aplicații în activitățile corporale. București : Discobolul. 2010. – 463 p.</p> <p>7. Grimalischi T., Boian I. Educația fizică. Ghid de implementare a</p>	

curriculumului modernizat pentru treapta primară și gimnazială. Editura "Liceum", Chișinău, 2011. 95 p.

8. Nicolò, Gr. Potențialul creativ în *profesia didactică*, în *Competența didactică*, Perspectivă psihologică (coord. Stroe Marcus), București, Editura ALL Educational, 1999

9. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005.

10. Rață G. Didactica educației fizice și sportului. Iași. PIM, 2008. 337 p.

11. Rață G., Carp I. Principii și metode didactice specifice educației fizice și sportului/ Bacău: Alma Mater, 2013. 176 p.

12. Salde, D. Competență, performanță, *competiție*, în *Revista de pedagogie*, nr. 1, 1990

13. Stoica M. Psihopedagogia personalității.- București: Didactică și Pedagogică, 1996.

14. Stoica M. Pedagogie și psihologie – pentru examenele de definitivare și 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 // *Știința culturii fizice*. – Nr.4. – Chișinău: INEFS, 2006.

20. Клигберг 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI METODOLOGIA CULTURII FIZICE					
Denumirea cursului		Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice					
Titularul cursului		Arsene Igor					
Ciclul <i>(m-master)</i>	M	Codul cursului	F.03.O.16	Anul	2	Semestrul	III
Nr. Credite	5	Limbade Instruire	Română	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 <i>(c-curs, s-seminar, l-lucrări practice, li - lucrul individual, p- prelegeri)</i>					
E-mail	catedra_btcf@mai_l.ru rogienesra@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	12	8	110	
<p>Disciplina de studii „Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Disciplina „Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice” este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor și implicațiilor bazate pe știința despre măsurători și calculele matematicii statistice în domeniul educației fizice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Disciplina „Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice” își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie ce formează calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația prin „Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice” are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, „Control pedagogic și</p>							

	<p>metrologic în domeniul culturii fizice” naționalășiuniversală are menirea de a forma un cetățean competent cu vederi democratice bazate pe știința de amăsura, cercetare, măsurare, control, verificare, analiză, calcule matematice care să fie înzeestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențefuncționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul Educație Fizică și Sport. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera Educației Fizice și Sport. 3. Aplicarea științei măsurărilor în domeniul Educație Fizică și Sport în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare în Educația Fizică și Sport. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculumul vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației Fizice și Sport. În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației Fizice și Sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>CP1-Capacitatea de analiză și sinteză, aplicabilă în orice context profesional și social, bazată pe utilizarea unor metode științifice riguroase și a resurselor teoretice de informație (cărți, reviste, rapoarte, internet, mass-media);</p> <p>CP2- Capacitatea de a evalua date statistice, studii și rapoarte în cultura fizică și sport, din punct de vedere al rigorii abordărilor, a importanței temei alese și relevanța pentru practica profesională;</p> <p>CP3- Insușirea diferitelor tehnici de a aplica metode de măsurare avansate în domeniul cercetării culturii fizice și sportului;</p> <p>CP4- Deprinderi practice de muncă în laborator și utilizarea tehnicilor avansate de analiză, conștientizarea aplicațiilor practice ca o metodă eficientă de învățare;</p> <p>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;</p> <p>CP6-Cunoașterea și respectarea regulilor de etică și deontologie pedagogică</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>CT1 - Să demonstreze, preocupare pentru perfecționarea profesională, elaborarea și prezentarea unor încercări de măsură, calcule ale rezultatelor științifice, a unor tabele, grafice, prin antrenarea abilităților de gândire critică în metrologie și control pedagogic în cultura fizică și sport;</p> <p>CT2 - Să demonstreze implicarea în activități metrologice și control pedagogic în cultura fizică și sport, cum ar fi elaborarea unor articole și studii de specialitate, având la bază studierea testelor și normelor, unități și sisteme de unități de măsură, metode de măsurare, metode de determinare a preciziei măsurărilor, bazele asigurării uniformității, preciziei și legalității măsurărilor precum și evaluarea competențelor psihomotrice la sportivi în cadrul lecțiilor de antrenament și competițiilor sportive;</p> <p>CT3 - Să participe la proiecte având caracter științific, compatibile cu cerințele</p>

	integrării în învățământul European.						
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile 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, motivația pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➤ să definească noțiunea de control metrologic și pedagogic în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască strategiile de dirijare în cultra fizică și sport; ➤ să identifice specificul activității în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască care este specificul domeniul culturii fizce și sport; ➤ să cunoască particularitățileControlului pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”; ➤ să cunoască aspectele conceptuale ale Controlului pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”. <p align="center">La nivel de înțelegereși aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 influențează asupra organismului uman și să găsească metode pentru dirijarea acestora; ➤ să aplice cunoștințeleșicapacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină 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 activitățiiiculturii fizice și sport; ➤ să poată găsi corelația dintre știința măsurărilor și rezultaele obținute în cultura fizică și sport; ➤ să aplice cunoștințele teoretice obținute în cadrul disciplinei„Control pedagogic și metrologic în domeniul culturii fizice”în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 						
	<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	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 și sport. Bazele teoriei testelor.	25	2	2	1	15
3		Bazele teorie evaluărilor și normele. Metodele culegerii informației 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 și controlului pedagogic în CF și S. Controlul calităților speciale în domeniul metrologiei și controlului pedagogic în CF și S.	20	4	2	2	20
7		Controlul asupra tehnicii și tacticii.	20	4	1	1	15
	Total	150	20	12	8	110	

<p>Strategii de predare&învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>	
<p>Strategiile de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluare curentă</p> <p>Nota de la activitatea de prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova – Chișinău: "Valinex" SRL. 2010.-160p.</p> <p>2. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova – Chișinău: "Valinex" SRL. 2011.-112p.</p> <p>3. Arsene I.A. Metrologia sportivă (dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch.Valinex, 2014. - 274 p.</p> <p>4. Arsene I.A. Metrologia sportului (concepții generale). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor de educație fizică și sport.-Ch.: USEFS, 2013 (Tipografia „Valinex”),.- 51 p.</p> <p>5. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p.</p> <p>6. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). Programa pentru facultățile de educație fizică și sport. - Chișinău: USEFS, 2007. – 30</p>	

p

7. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p.

8. Arsene I.A. Mijloace tehnice de instruire. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică. - Chișinău: INEFS, 2002. – 69 p

9. Arsene I.A. Proiecte didactice la disciplina „Metrologia sportivă”. Chișinău ., USEFS., 2012, Catedra „Teoria și Metodica Culturii Fizice”.format electronic.

10.Arsene I.A.Metrologia sportului : Caiet de seminare : (pentru studenți) / Arsene Igor ; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport, Catedra Teoria și Metodica Culturii Fizice. – Chișinău : 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

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEORIA ȘI 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 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	20	12	8	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” are un context interdisciplinar aplicativ și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” vizează formarea și htrfrctionarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și 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.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultăților de Pedagogie și de Sport ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele de studiu. Formarea competențelor profesionale pedagogice integrative la masteranzi în cadrul programei cursului „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” vizează soluționarea următorilor obiective generale:</p> <p>- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare,</p>						

	<p>instruire și educare.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice. - Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale. <p>Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările multidisciplinare și din esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul educației fizice, sportului, reabilitării și recreării, și includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de cultură fizică și la parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei cercetări științifice de masterat.</p> <p>Obiectivele specifice disciplinei au fost elaborate în baza obiectivelor transdisciplinare asigurînd integritatea competențelor investigaționale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-metodologic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Programa cursului „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” vizează finalități de studii și <i>competențe descriptori de nivelul ciclului Masterat.</i></p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință. 2. Cunoașterea bazelor psihologice și medico-biologice ale activității motrice. 3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității. 4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu. 5. Realizarea programelor și proiectelor de cercetare/activitate profesională. 6. Cunoașterea proceselor psihologo-pedagogice în formarea personalității. 7. Cunoașterea tehnologiilor de diagnosticare și de evaluare a activității educaționale 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. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale. 2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale. 3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității. 4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice. 5. Proiectarea procesului educațional obazat pe tehnologiile de diagnosticare și de evaluare orientat spre perfecționarea nivelului al performanțelor estimate. 6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare. 7. Eficientizarea procesului educațional prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice. <p>În cadrul conținutului educațional al disciplinei „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice.</p> <p>1. Componenta/competența gnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare</p>

	<p>orientată.</p> <p>2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.</p> <p>3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale educației fizice.</p> <p>4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.</p> <p>5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).</p> <p>6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componenteii activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.</p> <p>În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelor competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competența conceptuală (cunoașterea bazei conținutului). 2. Competența instrumentală (posedarea tehnologiilor de operaționalizare). 3. Competența integrativă (abilitatea de a implementa cunoștințele). 4. Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale). 5. Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare). <p>Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele finalități</p> <p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a

	<p>rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne.</p> <p>- Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională „Educație fizică”, „Sport”, „Recreație” și „Reabilitare”.</p>						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Obiectul de studiu și conținutul psihofiziodiagnosticii în cultura fizică și sport.	16	2		2	12
	2	Psihofiziodiagnostica în orientarea profesională și în selecția sportivă.	16	2		2	12
	3	Componentele structurale ale personalității sportivului.	16	2	2		12
	4	Specificul examinărilor proceselor psihice și fiziologice în activitățile de cultură fizică: sport, educația fizică, recuperare.	20	4	2	2	12
	5	Examinarea personalității sportivului (elevului) în sistemul relațiilor sociale	32	4	2	2	24
	6	Metodologiile și tehnologiile de examinare-diagnosticare și de evaluare a proceselor psihice	16	2	2		12
	7	Metodologiile și tehnologiile de examinare-diagnosticare și de evaluare a proceselor psihomotrice	18	2	2		14
	8	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei psihofiziodiagnosticii	18	2	2		14
Total			150	20	12	8	110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale programei la disciplina „<i>Psihofiziodiagnostica</i>” 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii culturii fizice în general și special educație fizică, sport, reabilitare și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul formațiunii profesionale integrative.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor orale scrise</i> cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice; - elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. - elaborarea unor <i>miniproiecte</i> de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS; - organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice; - participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. <p>Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi</p>						

	<p>parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și masterand</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.</p> <p><i>Masteranzii</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritimizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.</p> <p>Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei "Psihofiziodiagnostica" îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor de către masteranzi Astfel, la disciplina "Psihofiziodiagnostica" vor fi aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea pregătirii teoretice generale – se va realiza conform temelor de prelegeri disciplinei "Psihofiziodiagnostica"; - evaluarea prin teste docimologice – un set de întrebări teoretice cu ajutorul cărui se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele; - evaluarea competențelor operaționale - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică. <p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. 2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baciuc C. Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor. – București: Sport-Turism, 1977. 2. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982. 3. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999. 4. Epuran M. Psihologia educației fizice. - București: Sport Turism, 1976. 5. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 2002. 6. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.- București: Fest, 2005. 7. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. // Analele româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961. 8. Mărgineanu N. Selecția și orientarea profesională. – București: Didactică și Pedagogică, 1972. 9. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - București: Științifică, 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 культуры 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 Л. 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. 	

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FACULTATEA SPORT



DOMENIUL GENERAL DE STUDIU

100 ȘTIINȚE ALE SPORTULUI

PROGRAMUL DE MASTER

TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV

CICLUL II (MASTERAT), 90 ECTS

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu Planul de învățământ aprobat de MECC RM din
19.12.2019**

nr. de înregistrare ISM-01-18840



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 1

Programul de studii								<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)</i>							
Denumirea cursului								Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică							
Titularul cursului								Carp Ivan, dr. în pedagogie, prof. univ.							
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.01	Anul	I	Semestrul	1								
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- tmcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI									
		150	26	14		110									
Nota de prezentare	Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ la Specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv (90 ECTS), în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării pedagogice în domeniul teorie antrenamentului sportiv, vizînd practica investigațională și de pregătire a sportivilor. Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ: a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii; b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile în cadrul														

	<p>Școlii doctorale;</p> <p>c) promovarea fenomenelor epistemologice ale cercetărilor științifice în domeniul sportului și implementarea rezultatelor acestora;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la masteranzi menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul teoriei antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru teoria antrenamentului sportiv; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului Științe ale sportului pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei antrenamentului sportiv prin prisma fenomenelor epistemologice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea științifică în domeniul teoriei antrenamentului sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască terminologia specifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorilor care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora sportivilor; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul teoriei antrenamentului sportiv precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele științifice generale în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; * 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; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniul teoriei antrenamentului sportiv, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de pregătire a sportivilor. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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 și oferta de cercetare în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului,,

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	Lab	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Epistemologia – teoria cunoașterii științifice (ramură a metaștiinței)	12	2	2		9
	2	Domeniul cunoașterii științifice	12	2	1		9
	3	Gîndirea în activitatea de cercetare științifică	16	2	2		12
	4	Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	1		9
	5	Epistemologia cercetării științifice	12	2	1		9
	6	Epistemologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	18	3	2		14
	7	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul sportului	18	4	2		12
	8	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul teoriei antrenamentului sportiv	18	3	2		14
	9	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	24	2	2		16
		10	Deontologia cercetării științifice	8	2	1	
		Total :	150	24	16		110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						

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	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010. 665 p.</p> <p>2. Guțu VI., Integrarea științei și învățământului superior. Concepții. Orientări. Strategii, Chișinău, CEP USM, 2007, 164 p.</p> <p>3. Budevici A., Dorgan V. Repere epistemologice moderne/-Ch.: Valinex SA, 2009. 234 P.</p> <p>Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>4. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick: Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p> <p>7. Rotariu, T., Iluț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. PLATONOV V.N. Periodizarea antrenamentului sportiv. București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0</p> <p>10. Triboi V.,Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași : PIM, 2013. 373 p.</p> <p>11. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p.</p> <p>12. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București 2006</p> <p>13. Țарос V., Саpсeлeа V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. 312 p.</p> <p>14. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>16. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>17. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. 544 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Carp Ivan



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale în domeniul de formare (E-learning)					
Titularul cursului		Timuș Maria, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.02	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	LP	LI	
		120	10	10	10	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale (E-learning), 90 ECTS în activități sportive” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul sportului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor specifice domeniului de activitate în format digital.3. Aplicarea tehnologiilor informaționale în domeniul sportului în cadrul activităților practice și implementarea lor cu succes.4. Elaborarea rapoartelor de activitate în format digital privind realizarea obiectivelor înaintate pentru implementarea tehnologiilor informaționale. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare/practicare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru</p>						

	<p>și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a tehnologiilor informaționale la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea aspectelor de implementare a tehnologiilor informaționale în activitatea practică; • Analiza digitală a activității personale prin intermediul aplicării diferitor instrumente informaționale digitale; • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerințele de pe piața muncii și competențele profesionale privind posedarea diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale; • Asigurarea unui arsenal de cunoștințe calitativ pentru activitățile cu caracter sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice diferitor programe aplicative utilizate în activitățile sportive; • Dirijarea și practicarea eficientă a tehnologiilor informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul evidențierii posedării diferitor complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale (E-learning) în activitățile sportive” (complexe de antrenament, fenomene sportive, e-learning etc.); ➤ să definească noțiunea de învățare la distanță; ➤ să cunoască sistemul de comunicare; ➤ să identifice specificul de lucru al bibliotecilor virtuale; ➤ să cunoască care este ciclul de lucru al tehnologiilor streaming; ➤ să cunoască avantajele și dezavantajele e-learning; ➤ să cunoască aspecte ale implementării campusului virtual. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să implementeze o diversitate de instrumente ale tehnologiilor informaționale în activitatea sa; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra evoluției învățământului la distanță; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele mereu în dezvoltare ale tehnologiilor informaționale moderne; ➤ să cunoască care sunt tehnologiile informaționale și de comunicare în organizarea procesului de studii; ➤ să poată găsi legăturile dintre sistemele de instruire multifuncționale multimedia; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub

		îndrumarea profesorului.				
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Lab	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Etapile de dezvoltare a tehnologiilor informaționale	6	1	-	5
	2	Evoluția învățământului la distanță	6	1	-	5
	3	Instrumentele de bază ale învățământului la distanță	6	-	2	5
	4	Versiunile de e-learning	6	-	2	5
	5	Avantajele și dezavantajele e-learning	6	1	-	5
	6	Nivelul de implementare a campusului virtual	5	1	-	4
	7	Accesarea și administrarea platformei. Profilul user-ului, datele personale.	6	-	2	5
	8	Participanții procesului de e-learning. Caracteristicile tutoriatului.	6	1	-	5
	9	Tipuri de conferințe. Tehnologiile multimedia.	6	1	-	5
	10	Tehnologiile streaming.	6	1	-	5
	11	Bibliotecile virtuale	6	-	2	5
	12	Sistemul de comunicare. Tipurile de forumuri.	5	-	2	4
	13	Jocuri educaționale. Experimentele virtuale.	5	-	2	4
	14	Opțiunile PDF, transformarea informației.	5	-	2	4
	15	Programa Adobe Reader.	5	-	2	4
	16	Tehnologii informaționale moderne în educație fizică și sport	5	-	2	4
	17	Programe aplicative în activități sportive	5	-	2	4
	18	Tehnologii informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv	5	1	-	4
	19	Complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale	5	1	-	4
	20	Tehnologii informaționale moderne privind cercetarea științifică a fenomenelor sportive	5	1	-	4
Total :			120	10	20	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 în cadrul organizațiilor, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universitatii Transilvania din Brașov. 2008. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătăram, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, <i>Tehnologia informației și a comunicațiilor</i>, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, <i>ECDL Start modulele obligatorii</i>, Editura Andreco Educațional Grup, București, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-cccetare. 7. Lenuța Ursachi. Surse de informare utilizate în activitatea de cercetare. Disponibil online la 8. Watson, M. (ed.), Porumbeanu, L (trad.) (2004) <i>Managementul informației și al bibliotecilor în mileniul III</i>, Bucuresti, Editura A.B.I.R. 9. Белл Д., Грядущее постиндустриальное общество. Опыт соц. Прогнозирования. М., 2004. 10. Иконников В. Ф. Информационные технологии в индустрии туризма : учеб.-метод. пособие / В. Ф. Иконников, М. Н. Садовская. - Минск : РИПО, 2014. - 78 с. 11. Сосновский, О.А. Информационные технологии в туризме: учеб.практ. пособие / О.А. Сосновский, А.А. Федорович. – Минск: БГЭУ, 2008. – 95 с. 12. Шлыкова О.В. Феномен мультимедиа. Технология эпохи электронной культуры. Московский государственный университет культуры и искусства. – М., 2003. 267 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii medico-biologice în sport					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu, dr. în biologie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.03	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20	10	-	90	
Nota de prezentare	<p>Un specialist modern, absolvent a Universității de Educație Fizică și Sport, în condițiile globalizării actuale, impune cunoașterea pe lângă aspectele pedagogice, sau sportive și profunzimea antrenamentului sportiv în dependență de vârstă și sex, deoarece poate preîntâmpina apariția traumatismelor elevilor în activitatea la nivel școlar sau club sportiv, iar în cazul acestor situații de a le depăși cu succes. În acest sens programa actuală a fost concepută ținând cont de abilitățile și competențele specifice activității sportive.</p> <p>Activitatea specialiștilor sportivi se desfășoară într-o echipă multidisciplinară sportivă ce utilizează raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului și eficientizarea acestora în vederea obținerii succesului de performanță.</p> <p>Disciplina "Tehnologii medico-biologice în sport" este o disciplină complexă, cu interferență teoretică și practică. Este o disciplină contemporană, utilă masteranzilor USEFS, ce le permite de a monitoriza organismul sportivului și a limitelor performanței umane, ambele aspecte fiind impuse de marea performanță. Tehnologiile medico-biologice se corelează cu alte discipline cum ar fi: medicina sportivă, anatomia umană; fiziologia umană; fiziopatologia; ergofiziologia; traumatologia; biomecanica;</p>						

	biochimia; igiena educației fizice; kinetoterapia.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">• Competențe profesionale:</p> <p>Conținuturile teoretice și practice ale disciplinei, vor permite masteranzilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de a optimiza antrenamentul sportiv și de a-l dirija științific; • de a efectua selecția medico-biologică primară, secundară și finală; • de a optimiza alimentația și medicația efortului sportiv; • de a efectua refacerea post- și intraefort în vederea recuperării eficiente a sportivului; • de a desfășura antrenamentele și competițiile în diferite condiții de mediu (altitudine medie, variații de fusuri orare, temperaturi ridicate sau scăzute, umiditatea relativ ridicată sau scăzută etc.). • de a realiza antrenamentele și competițiile în condițiile fair-play-lui, fără implicarea substanțelor din lista doping cu impact negativ asupra sănătății și performanței sportive; • de a reduce riscul accidentărilor în timpul procesului de instruire și pregătire, precum și în timpul competițiilor sportive; • de a acționa eficient și competent în acțiunile de prim-ajutor; <p>de a spori impactul benefic al sportului și culturii fizice asupra sănătății umane.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice și fiziologice ale corpului uman, • cunoștințe generale de bază, • cunoștințe de bază necesare specialității de educație fizică, • capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; • utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în antrenamentul sportiv • capacitatea de organizare și planificare a activității practice specifice • capacitatea de evaluare a informațiilor primite de la specialiști și de implementare a acestora în dirijarea procesului de antrenament • abilități de cercetare. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului. • Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice și fiziologice) • Definirea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; • Identificarea mijloacelor de operare în investigațiile medico-sportive; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Legitățile de creștere și dezvoltare al organismului copiilor și adolescenților (periodizarea și heterocronismul procesului de dezvoltare a calităților motrice sub influența antrenamentelor, perioadele critice și senzitive, controlul genetic asupra perioadelor senzitive și critice, accelerarea epocală și	11	2		9

	individuală, caracteristica copiilor accelerați, medianți și retardanți)				
2	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă preșcolară și școlară mică (particularitățile dezvoltării și activității SNC, Activitatea nervoasă superioară, dezvoltarea sistemelor senzoriale, dezvoltarea fizică a sistemului locomotor, particularitățile sângelui, circulației sanguine și a respirației, digestia, metabolismul substanțelor și energiei, particularitățile termoreglării, excreției și activității glandelor endocrine)	11	2		9
3	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă preșcolară și școlară mică la eforturile fizice (particularitățile de dirijare a mișcărilor, particularitățile dezvoltării calităților fizice, reacțiile sistemelor vegetative și asigurarea energetică a organismului în timpul efortului, influența dezvoltării fizice sistematice asupra dezvoltării funcțiilor, asupra sănătății și capacității de lucru)	13	2	2	9
4	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă școlară medie și mare (dezvoltarea SNC, activității nervoase superioare și analizatorilor, Dezvoltarea fizică a aparatului locomotor, Particularitățile sistemelor sangvine, circulator, respirator, Particularitățile digestiei, excreției și activității nervoase endocrine, Termoreglarea și metabolismul substanțelor și energiei)	11	2		9
5	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă școlară medie și mare la eforturile fizice (perfecționarea reglării centrale a mișcărilor, dezvoltarea calității fizice, particularitățile energetice ale activității musculare, reacția sistemelor vegetative la acțiunea efortului fizic, influența antrenamentului sportiv asupra dezvoltării funcțiilor organismului și a dinamicii dezvoltării asupra capacității de efort, oboseala și restabilirea)	13	2	2	9
6	Particularitățile de prelucrare a informației la sportivi de diferită vârstă (importanța proceselor de prelucrare a informației pentru sport, particularitățile etative de prelucrare a informației, procesele de percepție a informației și programa realizării activității de răspuns, viteza și eficacitatea gândirii tactice)	11	2		9

	7	Asimetria funcțională la sportivii de diferită vârstă (asimetria motrică și particularitățile ei de vârstă, asimetriile senzoriale și psihice, profilul individual al asimetriei, determinarea asimetriei funcționale la sportivi)	11	2		9
	8	Bazele fiziologice de dirijare a procesului de antrenament în conformitate cu asimetria funcțională (posibilitățile de modificare a asimetriei înnăscute sub influența antrenamentului, importanța asimetriei pentru selecția sportivă, modificările asimetriei funcționale în timpul antrenamentului ca o rezervă importantă pentru creșterea capacității de lucru fizic, participarea emisferei drepte și stângi în formarea deprinderilor motrice	13	2	2	9
	9	Particularitățile fiziologice generale și de adaptare al organismului oamenilor în etate (îmbătrânirea, longevitatea vieții, adaptarea și reactivitatea organismului, teoriile îmbătrânirii, modificările etative a calităților fizice, influența eforturilor fizice asupra stării funcționale, capacității de lucru și ocrotirii sănătății)	13	2	2	9
	10	Bioritmurile și acțiunea lor asupra capacității de muncă fizică (acțiunea sincronizatorilor externi și interni asupra funcțiilor organismului, tipurile individuale a bioritmurilor diurne, bioritmul fizic, emoțional și individual, ritmurile infradiene și acțiunea lor asupra sistemului cardiorespirator, endocrin și a proceselor metabolice din organism)	13	2	2	9
	Total :		120	20	10	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Activitatea de curs: Cursul se va desfășura într-o formă clasică de prelegeri, precum și cu prezentarea unor prelegeri asistate de calculator în programul Power-Point. Totodată, activitatea de curs va cuprinde prezentarea unor materiale video și filme documentare etc.</p> <p>Activitatea de seminar: Pregătirea în prealabil, prin studiu individual al noțiunilor predate în cadrul cursului (masterandul va reda noțiunile predate la curs; obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare)</p> <p>Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Prezența la orele teoretice și laborator: potrivit regulamentului în vigoare; · Absențele se pot recupera doar în cursul săptămânii; - Rezolvarea contestațiilor: Reevaluarea subiectului în cadrul unui examen scris sau oral. <p>Organizarea activității individuale ale masterandului: Cele mai importante activități de lucru individual solicitate de către profesor se referă la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - studierea notelor de curs, completarea și extinderea lor; - studiul cu cartea / manual / monografie/compediu /atlas; - elaborarea referatelor, lucrărilor de analiză și cercetare; - folosirea informațiilor TIC; - rezolvarea de probleme (studii de caz, analize, sinteze...) 					

	<p>- realizarea proiectelor individuale / de grup; - pregătirea către evaluările intermediare și finale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cojocari L., Crivoi A. Fiziologia etativă. CEP USM, Chișinău 2012. 2. Dragan I., Medicina sportivă, Ed. Medicală. București, 2002. 3. Dudnic E. Erhan E. Fiziologia vârstelor și activitatea motrică. USEFS, Chișinău 2019 4. Erhan E., Dudnic E. Fiziologia umană. USEFS, Chișinău 2018. 5. Godorozea M., Îndrumar pentru lucrări de laborator la medicina sportivă, INEFS, Chișinău, 2002. 6. Gorea N., Ghid medical pentru antrenori și sportivi, ed. ASEM, Chișinău, 2006, 64p. 7. Pintilei S., Medicina sportivă pentru studenți și medici, USMF, „N. Testemițeanu”, 2001. 8. Альциванович К. К., 1000+1 совет о питании при занятии спортом, Современный литератор, Минск, 2004. 9. Кулиненко О. С. Фармакология спорта, Москва, Спорт, 2015, с.176. 10. Гунина М. Л., Винничук Ю. Д., Медико-биологическое обеспечение подготовки хоккеистов, Киев 2013, 318 с. 11. Micheli L., Jenkins M., Энциклопедия спортивной медицины, Лань, Санкт-Петербург, 1997 12. Маргазин В. А., Ачкасов Е. Е., Благова Н. Н., Клинические аспекты спортивной медицины, Санкт-Петербург, Изд-во СпецЛит, 2013, 409 с. 13. Николаев Д., Руднев С., Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе., Москва, Физ. Культура, 2010, 120 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria învățării acțiunilor motrice					
Titularul cursului		Danail Serghei, dr. în pedagogie, profesor universitar					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
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 BTCE@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	40	20		120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de antrenori de sport, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de pregătire și antrenament sportiv în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>”, este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Sport ale Universității de Stat de</p>						

Educație Fizică și Sport la Programul de master **Tehnologia antrenamentului sportiv, 90 ECTS**

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

- Să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare.

- Să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice.

- Să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale de antrenament sportiv.

Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul sportului includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de sport 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 competențelor investigaționale.

În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.

Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.

Competențe profesionale:

Programa cursului „Teoria învățării acțiunilor motrice” vizează finalități de studii și *competențe descriptori* de nivelul ciclului Masterat.

Competențe generale:

1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință.
2. Cunoașterea bazelor medico-biologice ale activității motrice.
3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității.
4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc.
5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice.
6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu.

Realizarea programelor și proiectelor de cercetare:

1. Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalității.
2. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității sportive – Pregătire sportivă, Fntrenament sportiv, Învățare acțiunilor motrice.
3. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățării acțiunilor motrice strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ.

Competențe specifice:

1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice sportive în activitățile socio-profesionale.
2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale sportive.
3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității din cadrul pregătirii sportive.
4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice sportive.
5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile.
6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

7. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază.

8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice.

9. Posedarea principiilor și metodelor de învățare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative în cadrul antrenamentelor sportive.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria învățării acțiunilor motrice*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice a antrenorului.

1. Componenta/competența diagnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive.

4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componenteii activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelar competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. *Competența conceptuală (cunoașterea bazei conținutului).*
2. *Competența instrumentală (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).*
3. *Competența integrativă (abilitatea de a implementa cunoștințele).*
4. *Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale).*
5. *Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare).*

Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.

Finalități și performanțe la curs/modul

Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele *finalități*:

La nivel de cunoaștere:

- 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.

- Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării.

La nivel de înțelegere și 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 fizice 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 și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională "Sport".

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Disciplina "Teoria învățării acțiunilor motrice" ca obiect de abordare științifică și de studiu.	22	6	2	16
	2	Bazele metodologice ale teoriei învățării-instruirii-educării acțiunii motrice	20	6	2	16
	3	Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - "pricepere", "deprindere", "stereotipul dinamic", "automatism".	17	4	1	16
	4	Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	21	6	3	16
	5	Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare.	20	6	4	16
	6	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a unei activități în alta ca baza instruirii pentru însușirea sarcinii motrice.	19	4	3	16
	7	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei activităților motrice.	19	4	3	16
	8	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al activității motrice.	12	4	2	8
Total :			150	40	20	120

Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului

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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-atitudinale la nivelul calității integrative.

Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul

didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:

- elaborarea și prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice;

- elaborarea *comunicărilor științifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică.

- elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS;

- organizarea și participarea la *discuții, mese rotunde sau conferințe* cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice;

- participarea la *acțiuni de voluntariat* în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS.

Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: *profesor și masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.

Masteranzii se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.

Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.

În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc. Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.

Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.

Strategii de evaluare

Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei "*Teoria învățării acțiunilor motrice*" îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor 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 și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele;

- **evaluarea competențelor operaționale** - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică.

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti

	<p>să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderarea 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Babanski Iu. K. Optimizarea procesului de învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986. 2. Baci C. Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor. – București: Sport-Turism, 1977. 3. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982. 4. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999. 5. Epuran M. Psihologia educației fizice. - București: Sport Turism, 1976. 6. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 2007. 7. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 8. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005. 9. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. // Anale româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961. 10. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - București: Științifică, 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 активности – М.: Медицина, 1966. 22. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002. 	

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

Data completării: 01.09.2021

Danail Serghei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Psihologia sportului de performanță					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, dr. în pedagogie, prof.univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O.05	Anul	I	Semestrul	1
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	Științe psihopedagice 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.spps@usefs.md	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia sportului de performanță”, 90 ECTS se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 Tehnologia antrenamentului sportiv, 90 ECTS, Master de profesionalizare pentru calificarea și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiile didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia sportului de performanță”, 90 ECTS vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare</p>						

	<p>educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina „Psihologia sportului de performanță”, 90 ECTS este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a catedrei și are menirea să-și aducă contribuții specifice la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studii; ➤ să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; ➤ să posede definiții și semnificații a termenilor specifici domeniului; ➤ să posede metode de investigare specifice domeniului; ➤ să identifice problematica psihologiei educației fizice și sportului; ➤ să cunoască soluțiile privind promovarea psihologiei educației fizice și sportului în domeniu. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze conceptele fundamentale din domeniu; ➤ să posede diferite maniere de argumentarea a propriei viziuni; ➤ să-și expună părerea personală referitor la ideile sau ipotezele formulate într-o dezbateră; ➤ să fie capabili de a efectua cercetări psihologice în domeniul educației fizice și sportului; ➤ să aplice cunoștințe, capacități acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să demonstreze capacități de comunicare și de dezbateră a subiectelor; ➤ să aplice principiile gândirii critice și divergente într-o discuție despre

	psihologia educației fizice și sportului; ➤ să justifice universul valoric personal și armonizarea acestuia cu valorile sportului; ➤ să-și dezvolte capacitatea de activitate individuală într-un sistem de activitate sportivă.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Psihologia educației fizice și sportului în contextul științelor educației	10	2	1	7
	2	Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului. Tendințele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului	10	4	2	4
	3	Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic. Psihologia performanței sportive. Conceptul de performanță. Factorii performanței sportive	20	2	1	17
	4	Reacțiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres	20	2	1	17
	5	Definiția concursului. Psihosociologia competiției. Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs	20	4	2	14
	6	Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conținut. Proiectarea pregătirii psihice	10	2	1	7
	7	Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport	10	2	1	7
	8	Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului	10	2	1	7
	9	Selecția psihologică în sport.	10	2	1	7
	10	Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica și coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.	20	2	2	16
11	Strategii de asistență și consiliere psihologică în educația fizică și sport	10	2	1	7	
Total :			150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Epuran M., Modelarea conduitei sportive, București, Sport – Turism, 1990. 2. Epuran M., Psihologia educației fizice și sportului, București, Sport - Turism, 2011. 3. Holdevici I., Psihologia succesului. București, Edit. Ceres, 2003. 4. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 4. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 5. Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015. 6. Goncearuc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. 7. Goncearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studentești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău 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 Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014. 10. Goncearuc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. 11. Goncearuc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014. 12. Goncearuc Sv., Leșcu Ar. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii 13. Goncearuc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale 											

- teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014
14. Goncearuc Sv., Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, materialele Conferinței științifice internaționale 6 decembrie 2019, Ediția V, Chișinău.
15. Guțu Vl. Pedagogie. Chișinău: CEP USM, 2013.
16. Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie, autoreglare, performanță, București, ed. Sport-Turism 2008.

Data completării: 01.09.2021

Goncearuc Svetlana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și metodică jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului</p>						

	<p>specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului „Tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă”; • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu pregătirea fizică; • Abilități de prezentare a anumitor obiective specific activității de antrenorat; • Cunoștințe legate de calitățile motrice în antrenamentul sportiv; • Insușirea diferitelor mijloace și metode de dezvoltare a calităților motrice în antrenamentul sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă. • Cunoașterea metodelor de lucru în domeniul elaborării unui plan de antrenament legat de pregătirea fizică. • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații parteneriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare în practica antrenamentului sportiv
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de AS; -să prezinte specificul activității de dezvoltare a calităților motrice; -să prezinte argumentarea biologică a programării efortului în antrenament; -să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică; -să elaboreze un plan de dezvoltare a calităților motrice; - să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament; <p>competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice a AS; - să identifice și să prezinte elementele definiției și direcțiile pregătirii fizice ale AS contemporan; - să identifice care este componenta științifică a pregătirii fizice a AS; - să definească și să înțeleagă conceptele de planificare a pregătirii fizice a AS; -să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă; - să cunoască, să aplice planificarea curentă; - să cunoască să aplice planificarea de etapă; - să cunoască să aplice planificarea operativă;

- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	Curs	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul de studiu al disciplinei scurtă schița bibliografică	10	8	2	10
	2	Pregătirea fizică – factor al antrenamentului sportiv	10	8	2	10
	3	Dezvoltarea vitezei metodica dezvoltării vitezei metoda repetării mijloacele dezvoltării vitezei	10	8	2	10
	4	Dezvoltarea îndemnării metodica dezvoltării îndemnării procedee metodice ale dezvoltării îndemnării	10	8	2	10
	5	Dezvoltarea rezistenței metodica eforturilor uniforme metodica eforturilor variabile antrenamentul cu intervale filiera acidului lactic filiera aerobică intervalul de odihnă debitul cardiac	10	8	2	10
	6	Programe de antrenament cu intervale (pregătirea atletică)	10	8	2	6
	7	Programul precompetițional	10	8	2	4
	8	Dezvoltarea forței metodica dezvoltării forței procedeul de circuit procedeul body-buiding procedeul power-training	10	8	2	10
	9	Dezvoltarea mobilității - metodica dezvoltării mobilității	10	8	2	6
	10	Stretchingul - metodica utilizării în jocurile sportive	10	8	2	4
	Total :			180	80	20
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>17. Strategia didactică la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă”; se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>2. Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice. Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodică-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>3. Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea,</p>					

	<p>asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p>4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual. • Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand. <p>5. Realizarea interdisciplinarității.</p> <p>În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p>6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Triboi Vasile. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Ch.: Tipografia U.S.E.F.S., 2009. 364 p. 2. Иванков Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. – М.: «ИНСАН», 2005. 368 с. 3. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с. 4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с. 5. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки Учеб.пособие для институтов физической культуры. М., «Физкультура и спорт», 1977. 271 с. 	

6. Mocrousov, E. Theoretical Aspects of the Athletic for High-Skilled Players Development as Exemplified by Table Tennis. Journal of Sport Sciences Researches. <http://dergipark.gov.tr/jssr>. Volume 3, Issue 2. December 2018. Manisa. Turkey. p. 244-251. ISSN: 2548-0723. DOI:10.25307/jssr.457570.
7. Mocrousov, E. Method of application of a large number of balls, as an effective factor for long-term training of highly qualified table tennis athletes. Conference Volume of International Scientific Conference "Youth in the perspective of the Olympic movement". 08-09 March 2019. Braşov, România, p. 16-17. ISSN 2359-8859.
8. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
9. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
10. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: «Физкультура и спорт», 1986. 286 с. Платонов В.Н. Теория спорта. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1987. 424 с.
11. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. К.: Вища шк. Головное изд-во, 1984. 352 с.
12. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 272 с.
13. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424с.
14. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с.
15. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с.

Data completării: 01.09.2021

Tăbîrța Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul disciplinei	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr.credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	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.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	LP	LI	
		180	20		80	80	
Nota de prezentare	<p>Formarea specialiștilor la Programul de master Tehnologia antrenamentului sportiv, 90 ECTS este argumentată de cererea crescută a acestora pe piața muncii, atât pentru pregătirea rezervelor olimpice, precum și în domeniul sportului pentru toți și al celui adaptiv.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (probe sportive individuale) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul general de studiu <i>100 Științe ale sportului</i>, în cadrul Facultății de Sport al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea fișei disciplinei din învățământul superior pentru ciclul II prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile fișei disciplinei/curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de</p>						

învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice.

Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ: Acest proces organizat în cadrul disciplinei: **Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă, 90 ECTS** are drept scop perfecționarea și modernizarea strategiilor eficiente a situațiilor critice de angajări competiționale, dobândirea aptitudinilor de acțiuni tehnice realizează prin instruire și antrenament, prin practicarea procedeelelor de luptă, demonstrarea corectă a procedeelelor, unde evidențiază următoarele capacități: curaj, îndrăzneală, inițiativă, rezistență, dorință, echilibru fizic și psihic.

- obiectivele generale ale învățământului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a antretului sportiv, de a fi capabili de a utiliza exercițiile fizice, procedeele tehnice din probele sportive individuale în cadrul activităților desfășurate;

- obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul "Formarea specialiștilor antrenori" prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea principiilor antrenamentului sportiv, factorilor antrenamentului sportiv, conceptele de pregătire fizică în proba sportivă aleasă, care va asigura buna desfășurare a diferitelor forme de lecții de antrenament;

- obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.

În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.

Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.

Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.

În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I, sem. I, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

- Cunoașterea terminologiei specifice, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale și care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora altora; capacitatea de a folosi logic și justificat abilitățile de vorbire în public, pentru a purta discuții și de a aplica mijloacele lingvistice pentru a atinge obiectivele de comunicare în procesul realizării activității profesionale; cunoașterea tehnologiilor de comunicare orală și scrisă, în limbi diferite, în sfera profesională.

Componente psihomotorii:

- Educația memoriei operative sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală).
- Formarea deprinderilor de a demonstra exerciții fizice în RSA.

	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea priceperilor de a planifica procesul de pregătire fizică în RSA. • Formarea deprinderilor profesional-pedagogice de bază pentru desfășurarea lecției de antrenament. • Formarea priceperilor de elaborare a complexelor de exerciții pentru dezvoltarea calităților fizice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor de antrenament sportiv în RSA; • Aplicarea exercițiilor speciale pentru formarea acțiunilor tehnice în corespundere cu specificul probei sportive; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască noțiuni de bază de pregătire fizică, calitățile fizice. ▪ Să posede cunoștințe practice în elaborarea programului de dezvoltarea fizic. ▪ Să cunoască bine denumirea calităților fizice; ▪ Să posede cunoștințe practice în desfășurarea pregătirii fizice; ▪ Să definească noțiunile principale ale pregătirii fizice; ▪ Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice calităților motrice. ▪ Să identifice exercițiile generale și speciale; ▪ Să caracterizeze formele de pregătire fizică; ▪ Să determine greșelile frecvente întâlnite prin efectuarea exercițiilor speciale pentru formarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire fizică a sportivului ce practică una din proba sporturilor alese. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine exercițiile generale și speciale în proba sportivă aleasă; ▪ Explicarea și interpretare unui exercițiu special precum și a particularitatea lui în proba sportivă aleasă; ▪ Să elaboreze un plan de pregătire fizică a unui sportiv ce practică unul din sporturile alese; ▪ Să analizeze și să explice pregătirea fizică individuală pentru sportivi de performanță; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul procesului de antrenament. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să explice esența și structura pregătirii fizice în procesul de pregătire multianual la băieți și fete; ▪ Să îmbine pregătirea fizică generală și specială în procesul de pregătire; ▪ Să respecte criteriile antrenamentului sportiv în PSA. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Factorii antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	8	2	2	6
	2	Obiectivele pregătirii fizice în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	3	Pregătirea fizică generală în proba sportivă aleasă.	8	2	2	8
	4	Pregătirea fizică specială în proba sportivă aleasă.	8	2	2	8

	5	Calități motrice. Principalele calități motrice în proba sportivă aleasă.	10	2	6	8
	6	Teoria și metodică dezvoltării forței proba sportivă aleasă.	16	2	10	8
	7	Teoria și metodică dezvoltării vitezei proba sportivă aleasă.	16	2	10	6
	8	Teoria și metodică dezvoltării rezistenței proba sportivă aleasă.	16	2	10	6
	9	Teoria și metodică dezvoltării îndemânării.	16	2	10	6
	10	Teoria și metodică dezvoltării mobilității.	16	2	10	6
	11	Criteriile de apreciere a nivelului pregătirii fizice a sportivilor din diverse probe de luptă.	12		8	6
	12	Eforturile de antrenament fizic și efectele lor.	14		8	6
		Total :	180	20	80	80

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Disciplina: „Tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă”, constă în structurarea judicioasă și justificată a obiectivelor și a conținuturilor didactice, care asigură valorificarea potențialului educativ, asanativ, cognitiv, formativ al pregătirii fizice – mijloc eficient în educarea multilaterală a personalității.

Baza conținutului specific al antrenamentului o reprezintă pregătirea fizică a sportivilor. După orientarea sa concretă, acesta este un proces de educare a aptitudinilor fizice necesare în activitatea sportivă (atât a celor ce se manifestă nemijlocit în proba de sport aleasă, cât și a celor ce contribuie la perfecționarea în această probă).

În același timp, pregătirea fizică a sportivilor este indisolubil legată de:

- creșterea nivelului general al posibilităților funcționale ale organismului;
- dezvoltarea fizică multilaterală;
- de întărirea sănătății etc.

Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a problemelor numite abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită 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 (cunoaștere, aplicare,

	<p>integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilire a note ifinale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare a curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
<p>Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): Evaluarea studenților se vafa ceînfuncție de nivelul cunoștințe lor acumulate, defelul cum le-ai acumulat (altfel spus, dacă au citit bibliografia aferentă cursului) Sau rezumat nu mai la notele de cursși la cea ce aure ținut la seminar) și demaniera de prezentarea a cestora, de cunoaștere a bibliografiei problemei.</p>	<p>Cerințe maxi mede promovare (pentru nota10): Studenții trebuie să facă dovada căștiusă stabileas cău npogram de lecție, antrenament corect în concordanță cu particularitățile disciplinelor sportive și căpofintocmi un referat științific.</p>	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. ArdeleanuT. Particularitățile dezvoltării calităților motrice, I.E.F.S, București, 1982. 2. Ballery L., Pregătirea fizică în lupte, Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1975, p.66-69. 3. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldove-nească ”trânta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p. 4. Butenko B.I., Sicev I.Z., Despre dezvoltarea vitezei la luptătorii juniori, în Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1973, Vol.I., p.71-84. 5. Cârstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii, A.N.E.F.S., București, 1996. 6. CârsteaGh.,Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă școlară, EdituraUniversul,București,1993. 7. CârsteaGh.,Teoria și metodica educației fizice și sportului, Editura Universul,București,1993. 8. CârsteaGh.,Teoria și metodica educației fizice și sportului, Notedecurs, Editura Universul, București,1991. 9. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere și greco-romane. Curs de bază. Chișinău-2016, 160 pag. 10. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane, instruirea juniorilor, Editura Sport-Turism, București, 1981. 11. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane. Elemente de teorie și metodică de antrenament, Editura Sport-Turism,București, 1987. 12. Cișmaș Gh. Lupte libere-Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București,1996. 	

13. Cișmaș Gh. Tehnica luptelor greco-romane, Editura Sport-Turism, București,1988.
14. Cotorcea A., Polevaia-Secărianu A., Rolul combinării optimale a mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor., Chișinău 2013 p.162-167
15. Dragnea A. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS,București, 1991.
16. Manolachi V. Sporturi de luptă-Teorie și metodică (lupte lelibere, greco-romane, judo),INEFS, Chișinău,2003.
17. Petrov .R.,*Lupte libere*, Editura Stadion, București,1973
18. Postolachi A., Grosu V., Gîlcă M. Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la Campionatele Naționale și Cam-le Mondiale Universitare. Chișinău, IRIM 2019, pag.96
19. Șiclovan I. Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Sport-Turism, București,1982.
20. Triboi V. Teoria și metodică antrenamentului sportiv . Curs Universitar . Chișinău , Editura USEFS , 2010 .
21. Triboi V., Teoria educației fizice și sportului. Chișinău-2014, 200 pag.
- ***
22. Боярина Г. П. Верховая езда. Практические советы начинающих конников. Мн.: МПКФ, 1992. 32 с
23. Бусуйок С.Л. Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).
24. Деркаченко, И.В. Планирование тренировочного процесса с применением средств и методов легкой атлетики для развития специальных качеств у кикбоксеров – универсалов: Монография / И.В. Деркаченко – Тирасполь: ПГУ, 2021 – 160 р.
25. Диллон Джейн Маршалл. Конный спорт техника и стиль прыжка. Практическое руководство. Аквариум ЛТД. 158 с.
26. Дитце С.Р. Равновесие в движении. Посадка всадника / С.Р. Дитце. М.: «Московский конный спорт инвалидов», 2001. 203с.
27. Заяшников,С.И. Тайский бокс/С.И.Заяшников.-Москва:Терра Спорт, 2002. 166 с. Текст: непосредственный.
28. Иванов, А.Д. Кикбоксинг/ А.Д. Иванов. Киев: Перун, 1995. 312 с. Текст: непосредственный.
29. Михайлова Т. Школа верховой езды для начинающих. 2010. 125 с.
30. Козлов М., Шингалов В.А., Абдряев М.Р., Головачева Я.А. Спортивное коневодство 2013. 131 с.
31. Молокович Г.А. Структура и содержание специальной двигательной подготовки конников / Г. А. Молокович. - М.: «БГОИФК»,1990. 23с.
32. Мясоедова И. Е. Начальная подготовка всадника / И.Е. Мясоедова. М.: «Мгафк»,2011. 63с.
33. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, С. 57-60.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă, 90 ECTS (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la înot. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologice</p>						

	<p>pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p> <p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (în anul sportiv) este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și înotătorii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la înot în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice a înotătorilor la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivilor înotători la diferite etape multianuale a procesului de antrenament; • să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la înot la diferite etape multianuale de pregătire; • să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenament multianual la înot. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p>

- conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a înotătorilor;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a înotătorilor;
- însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor înotători la diferite etape multianuale de pregătire;
- planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
- baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii înotătorilor;
- baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii înotătorilor.

La nivel de integrare:

- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a înotătorilor la etapa inițială;
- să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa de avansați (pregătirii specializate);
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa pregătirii sportive superioare;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la înot.	18	2	8	8
	2.	Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la înot.	18	2	8	8
	3.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la înot (pregătirii specializate).	18	2	8	8
	4.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor înotători la etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
	5.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor înotători la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
	6.	Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la înot.	18	2	8	8
	7.	Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metodica educării și mijloacele pregătirii la înot.	18	2	8	8
	8.	Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității la înot.	18	2	8	8
	9.	Rezistența. Forme de manifestare. Metodica și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la înot.	18	2	8	8
	10.	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la înot.	18	2	8	8
Total :			180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul	Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat),					

cursului/modulului	<p>problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe N. Antrenamentul sportive modern. București: 1993. 53 p. 2. Caunsilmen D. E. Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. 3. Dragnea A., Teodorescu S. Teoria sportului. București: 2002. 609p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 15 9p. 5. Șalgău S. Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1. 6. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки пловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3. 7. Булатова М.И. Теоретико-методологические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. д-ра пед. наук. - К: 1996. 50с. 8. Булгакова Н. Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 9. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. М., 1976. 64 с. 10.Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. 176с. 11.Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажёрных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. –М., 1978. 21с. 12.Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания 	

физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСИТ. 2005. 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092

13. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
14. Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983
15. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320 с.
16. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
17. Платонов В.Н. – Плавание. Киев: Олимпийская литература, 2000.
18. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. 807 с.
19. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012.
20. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич. пособие). - М.: "Симилия", 2006. 132 с. ISBN 5-86731-035-3.
21. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.

Data completării: 01.09.2021

Scorțenschi Dmitri



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFPFA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă, 90 ECTS (gimnastica ritmică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică. În</p>						

	<p>structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică)” vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologiei pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p> <p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” 90 ECTS (gimnastica ritmică) este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și sportivii la gimnastica ritmică de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la gimnastica ritmică în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice al gimnastelor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale a procesului de antrenament;

- să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale de pregătire;
- să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenament multianual la gimnastica ritmică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a gimnastelor;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a gimnastelor;
- însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale de pregătire;
- planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
- baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii gimnastelor;
- baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii gimnastelor.

La nivel de integrare:

- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a gimnastelor la etapa inițială;
- să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa de avansați (pregătirii specializate);
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa pregătirii sportive superioare;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	11.	Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	12.	Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	13.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la gimnastica ritmică (pregătirii specializate).	18	2	8	8
	14.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
	15.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
	16.	Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	17.	Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metodică educării și mijloacele pregătirii la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	18.	Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	19.	Rezistența. Forme de manifestare. Metodică și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la gimnastica ritmică.	18	2	8	8

	20.	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>					
Stabilirea notei finale (pondera 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	<ol style="list-style-type: none"> Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 					



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80		80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă, 90 ECTS (gimnastica artistică)”, este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul general de studio <i>100 Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv</i>, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică)”, este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică)”, vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologiei pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și</p>						

	<p>terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p> <p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica artistică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și sportivii la gimnastica artistică de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la gimnastica artistică în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica artistică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice al gimnastelor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivilor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale a procesului de antrenament; • să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la gimnastica artistică la diferite etape multianuale de pregătire;

- să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenamentul multianual la gimnastica artistică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a sportivilor la gimnastica artistică;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a sportivilor la gimnastica artistică;
- însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale de pregătire;
- planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
- baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii sportivilor la gimnastica artistică;
- baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii sportivilor la gimnastica artistică;

La nivel de integrare:

- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a sportivilor la gimnastica artistică la etapa inițială;
- să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa de avansați (pregătirii specializate);
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa pregătirii sportive superioare;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	21.	Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la gimnastica artistică.	18	2	8	8
	22.	Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la gimnastica artistică.	18	2	8	8
	23.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la gimnastica artistică (pregătirii specializate).	18	2	8	8
	24.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica artistică la etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
	25.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica artistică la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
	26.	Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la gimnastica artistică.	18	2	8	8
	27.	Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metodică educării și mijloacele pregătirii la gimnastica artistică.	18	2	8	8
	28.	Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității	18	2	8	8

	la gimnastica artistică.				
29.	Rezistența. Forme de manifestare. Metodica și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la gimnastica artistică.	18	2	8	8
30.	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la gimnastica artistică.	18	2	8	8
Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>				
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	<p>1. Băieșu N.Gh. Principiile fiziologice ale antrenamentului sportiv. Cap.V. În: Gimnastica. București: Stadion, 1972, p.417-433.</p> <p>2. Grimalschi T. Principiile didactice ale procesului de învățare a exercițiilor de gimnastică. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p.25-48.</p> <p>3. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315.</p> <p>4. Grimalschi T. Taxonomia principiilor antrenamentului specific gimnasticii artistice. În: Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastică. Chișinău: Foxtrot, 2021, Cap.2. pp.43-92.</p> <p>5. Potop V. Principiile antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. În: Gimnastica</p>				

- artistică feminină. Cap.3.2. București: Bren,2018, p.26-28. ISBN 978-973-648-752-1.
6. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.
 7. Triboi V., Păcureanu A. Principiile generale și speciale ale antrenamentului sportiv. În: Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013. Cap.2.2. p.92. Cap. 2.3., p. 107.
 8. Матвеев Л.П. Общие и специальные принципы, реализуемые в спортивной тренировке. Москва: Физкультура и спорт, 1977, с. 62-86.
 9. Спортивная гимнастика. Учебник для институтов физической культуры. Принципы тренировки. Под ред. Ю.К. Габардовского и В.М. Смолевского. Москва: Физкультура и спорт, 1979, с.200-205.Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică.
 10. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки.
 11. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315.
 12. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.
 13. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O. 06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, LP-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	LI		
		180	20	80	80		
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” (TPFP SA, atletism) prevede însușirea materialului de studiu sub diferite forme de instruire: teoretică (80 de ore), practică (74 de ore), seminar (6 de ore). Modulul „TPFP SA” prevede în total 180 de ore, dintre care 100 de ore contact direct și 80 de ore studio individual.</p> <p>Obiectivele de bază ale disciplinei sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">- familiarizarea cu variantele de bază ale tehnologiei alcătuirii procesului de pregătire fizică a sportivilor-atleți de mare performanță și formarea la aceștia a cunoștințelor și deprinderilor de aplicare a acestora în procesul de antrenament al atleților de diferite specializări;- însușirea programării conținutului și formelor de organizare a procesului de pregătire fizică a atleților de diferite specializări într-un macrociclu anual de antrenament;- determinarea strategiei generale de alcătuire a procesului de pregătire fizică într-un ciclu anual de antrenament și a variantelor tactice posibile în această perioadă;- formarea deprinderilor de realizare în practică a sarcinilor pregătirii fizice a atleților în cicluri de antrenament de durată diferită;- elaborarea complexelor de sarcini motrice, direcționate spre dezvoltarea și perfecționarea unor sau altor calități motrice. <p>Evaluarea cunoștințelor se va realiza în cadrul seminarelor la temele teoretice și, de asemenea, în baza rezultatelor elaborării modelelor programelor pregătirii fizice și aprobarea lor la orele practice.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să programeze conținutul și formele de organizare a eforturilor de antrenament în cicluri de instruire cu durată diferită; • să dozeze eforturile de antrenament, ținând cont de vârstă și de sex, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrică și sportivă, precum și de starea de sănătate; • să aplice diverse tehnologii pentru dezvoltarea calităților fizice; • să efectueze corecții operaționale ale parametrilor eforturilor de antrenament • se efectuează PF ținând cont de cerințele activității competiționale • să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.); • să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-sustinere..</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască tehnologiile de dezvoltare a abilităților motrice care determină creșterea rezultatelor în proba sportivă aleasă • să cunoască variante tradiționale de alcătuire a procesului de PF a sportivilor de performanță într-un ciclu anual și a atleților de diferite specializări • să cunoască tehnologii inovatoare pentru creșterea nivelului de pregătire fizică în atletism • să cunoască criteriile de eficiență a procesului de antrenament • să cunoască legitățile organizării antrenamentului la altitudine, în diferite condiții climato-geografice, în diferite faze ale COM • să cunoască organizarea evenimentelor de diagnosticare a nivelului de pregătire fizică al sportivilor în ciclul anual • să cunoască conținutul blocului de proceduri diagnostice, utilizate în mod tradițional în proba aleasă de specializare <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să formeze conținutul de PF a atleților de diferite specializări în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului, în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului, în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței

<ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze strategii generale de alcătuire a procesului de PF într-un ciclu anual de antrenament și a variantelor tactice posibile în această perioadă • să elaboreze complexe de sarcini motrice, direcționate spre dezvoltarea și perfecționarea unor sau altor calități motrice • să formeze sistemul de control asupra nivelului de condiție fizică într-un ciclu anual de antrenament al sportivilor în proba de specializare <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive • să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, să studieze tendințele în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, să dezvolte strategii și tactici de utilizare a tehnologiei etc. • să promoveze tehnologiile utilizate în PF a atleților în alte probe sportive

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	C	S	LP	LI
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	1	Pregătirea fizică a atleților de performanță (generalități, scop, sarcini, conținutul, forme de organizare într-un ciclu anual, PFG, PFS, PFM, individualizarea etc.)	5	2	1		2
	2	Evoluția concepțiilor despre conținutul, tehnologia și organizării PF a atleților într-un ciclu anual de antrenament (Ozolin N., Matveev L., Vorobiov A., Verhoșanski Iu., Platonov V., Bondarciuc A., Bompa T., Issurin G. etc)	14	2			12
	3	Variante de tradiționale de alcătuire a procesului de PF a atleților de diferite specializări: conținutul acesteia în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței	40	2	28		10
	4	Individualizarea PF a sportivilor de performanță	7	2	1		4
	5	Particularitățile conținutului PF a atleților de performanță.	2		2		
	6	Variante de planificare a PF a sportivilor de performanță într-un ciclu anual (Ozolin N., Matveev L., Arosev D., Vorobiov A., Verhoșanski Iu., Platonov V., Bondarciuc A., Bompa T., Issurin G., Boico A etc)	14	2			12
	7	Variante de tradiționale de alcătuire a procesului de PF a atleților de diferite specializări: conținutul acesteia în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței	44	4	30		10
	8	Variantele de planificare a PF și conținutul acesteia în diferite faze ale COM	11	2	1		8
	9	Variante de organizare a PF în diferite condiții climato-geografice, în condiții de munții	11	2	1		8
	10	Particularitățile organizării procesului de PF a atleților de performanță.	2		2		
	11	Control în antrenamentul anual al sportivilor de înaltă calificare	4	2			2
	12	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în sărituri și aruncări de atletism	8		4		4
	13	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în alergare de rezistență	8		4		4
	14	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în alergare de viteză	8		4		4
	15	Particularitățile sistemului de control al nivelului PF și funcționale a atleților de performanță.	2		2		
		Total	180	20	80	-	80

Strategii de predare & învățare în	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice
---	---

cadrul cursului/ modulului	<p>de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin doi forme: curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>	
Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<p>În limba română</p> <ol style="list-style-type: none"> Alexandrescu D. Atletism. Prelegeri. București: AEPS, 1991. 244 p. Dotti A., Nicolini I. Mijloace și metode pentru un antrenament modern (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1992, p. 89-128 Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editis, 1993. 530 p. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1996. 199 p. Dumitrescu V., Predescu A., Florescu C. Metodica dezvoltării calităților fizice . București: CNFF, 1969. 200 p. Atletismul / sub redacția lui Kolodii O., Lutkovski E., Uhov V. (traducere din limba rusă). Chișinău: Lumina, 1992. 231 p. 	
	<p>În limba rusă</p> <ol style="list-style-type: none"> Бойко В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 144 с. Бондарчук А. Периодизация спортивной тренировки. Киев: Олимпийская литература, 2005. 303 с. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. Москва: Олимпия Пресс, 2007. 272 с. Верхошанский Ю. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 176 с. Верхошанский Ю. Основы специальной физической подготовки спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1988. 331 с. Воробьев Ф. Тяжелотлетический спорт: очерки по физиологии и спортивной тренировке. Москва: Физкультура и спорт, 1977. 255 с. Матвеев Л. Проблема периодизации спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1964. 246 с. Матвеев Л. Основы спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1977. 271 с. Озолин Н. Современная система спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1970. 477 с. Платонов В. Подготовка квалифицированных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 286 с. Похоленчук Ю., Свечникова Н. Современный женский спорт. – Киев: Здоровья, 1987, 192 с. Суслов Ф., Сыч В., Шустин Б. Современная система спортивной подготовки. Москва: СААМ, 1995. 448 с. Суслов Ф., Гипшенрейтер Е. Подготовка спортсменов в горных условиях. Москва: ТЕРРА–Спорт, Олимпия Пресс, 2000. 176 с. 	

- | |
|---|
| 14. Учебник тренера по легкой атлетике / Под ред. Л. Хоменкова. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 479 с.
15. Легкая атлетика. Учебник для институтов ФК/ Под общей ред. Чесноков Н., Никитушкин В. - М.: ФК и С, 2014. 448 с. |
|---|

Data completării: 01.09.2021

Gorașenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.uscfs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 2							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Management, training și leadership în cultura fizică					
Titularul cursului		Frunză-Danail Gabriela, dr. în filologie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 02 O.07	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	gfrunza@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Cursul Management, training și leadership în cultura fizică este destinat masteranzilor anului I, specialitatea <i>Tehnologia antrenamentului sportiv (90 ECTS)</i>, având ca finalitate asimilarea noțiunilor teoretice de bază.</p> <p>Scopul acestui curs rezidă în familiarizarea masteranzilor cu specificul și caracteristicile organizațiilor, mediului organizațional și provocările pe care trebuie să le rezolve un manager/lider în activitatea sa.</p> <p>În același timp, sunt abordate tematici actuale privind studiul managementului și leadershipului și inserate ideile celor mai de vază autori.</p> <p>Nu în ultimul rând, cursul urmărește să furnizeze un cadru de gândire în domeniul conducerii și motivării angajaților, care să permită managerului identificarea decalajelor și imperativelor de dezvoltare, aplicarea cunoștințelor teoretice obținute în rezolvarea unor studii de caz și analize situaționale.</p> <p>În același context, prezentul curs introduce și definește unele concepte moderne, precum și prezintă bune practici pentru actualizarea și aprofundarea cunoștințelor în managementul sportiv.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și</p>						

	<p>finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reproducerea conceptelor-cheie din domeniu; 2. Operarea cu aparatul epistemologic al disciplinei. 3. Delimitarea obiectului de studiu al disciplinei de domeniile conexe. 4. Determinarea standardelor de calitate ale managementului și leadership-ului; 5. Explicarea componentelor, strategiilor și stilurilor de conducere. 6. Situarea managementului, leadership-ului și activităților de training în contextul exercitării activităților de cultură fizică. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să susțină realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 5 credite.</p> <p>În contextul dat, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • abilitatea de organizare managerială a activității la nivel de proiectare, desfășurare, evaluare, autoperfecționare; • abilitatea de exercitare a criteriilor managementului și leadership-ului eficient; • utilizarea unui lexic adecvat statutului de lider, manager; • abilitatea de a comunica eficient cu echipa; • influența benefică a culturii organizaționale; • transferarea normelor manageriale în formarea și desăvârșirea stilului personal; • elaborarea proiectului personal de carieră; • realizarea ședințelor de training; • aplicarea strategiilor de dezvoltare a unei structuri sportive <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe cu care se confruntă un manager/lider în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Management, training și leadership în cultura fizică” (caracteristici, tehnici, stiluri/strategii de conducere, cultura organizațională, trainingul în organizația sportivă etc.); ➤ să definească noțiunile de bază; ➤ să identifice stilurile de conducere; ➤ să evalueze necesitățile de training din organizația sportivă; ➤ să cunoască metode de formare; ➤ să valorifice eficient factorul schimbării în organizație; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine stilul eficient de conducere; ➤ să rezolve sarcinile practice la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează procesele manageriale în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate.

		La nivel de integrare:				
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de conducere eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice 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	Curs	Seminar	LI
	1	Management și leadership Procesul de conducere. Sursele puterii. Lider versus manager – delimitări de concept, calități, cunoștințe, aptitudini Managerul sportiv: problematica sarcinilor, competențe specifice Integritatea profesională a managerului sportiv	14	2	2	10
	2	Organizația sportivă Stiluri de conducere. Strategii de conducere. Integrarea în organizația sportivă. Conținut, etape și strategii ale integrării organizaționale. Cultura în organizația sportivă. Funcțiile și tipurile culturii organizaționale	14	2	2	10
	3	Comunicarea în exercitarea managementului și leadershipului Comunicarea managerială: funcții, principii. Tehnici și aptitudini privind comunicarea eficientă Managementul manifestărilor. Managementul ședințelor Gestionarea conflictelor	16	2	2	12
	4	Schimbare și dezvoltare în organizație Schimbarea în organizație. Blocaje la nivel organizațional și individual Dezvoltarea în organizație: metode, tehnici Imaginea organizației. Strategii și tehnici de creare a imaginii. Promovarea imaginii personale și organizaționale	18	2	2	14
	5	Managementul carierei Delimitări conceptuale privind cariera profesională. Stadiile carierei Proiectarea modelului de management eficient al carierei Procesul de planificare a carierei din perspectivă organizațională și individuală. Metodologia de evaluare	16	2	2	12
	6	Analiza necesităților de training la nivelul organizației sportive Proiectarea programelor de instruire Importanța analizei nevoilor de training Procesul de analiză Indicatorii-cheie de măsurare a performanței organizaționale	20	3	3	14

	Metode de culegere a informațiilor necesare identificării nevoilor de training				
7	Activitatea de training Conceptul de training și obiectivele acestuia. Formarea adulților Caracteristicile și etapele procesului de training Conținutul și participanții programului de training Organizația și rolul ei în cadrul procesului de training Trainerul și rolul acestuia în procesul de training Influențe asupra metodelor de training Training-ul colectiv al echipei de lucru Programe de training în entitatea sportivă	20	3	3	14
8	Metode de formare aplicate în procesul de training Metode de formare pasivă Metode interogative de formare Metode de formare prin descoperire Metode de formare activă Metode de formare prin stimularea creativității Metode de formare în sistemul „outdoor” Studiu de caz și rolul trainerului în desfășurarea acestuia	16	2	2	12
	Total :	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu</p>				

	<p>scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Blanchard Kenneth H., Muchnick M. Rețeta unui lider: ingredientul lipsă pentru a motiva oamenii din prezent: învățați rețeta unui lider de succes. București: Curtea Veche, 2004. 2. Certo S. C. Managementul modern: diversitate, calitate, etica și mediul global. București: Teora, 2002. 3. Covey S.R. Cea de-a opta treaptă a înțelepciunii. București: ALLFA, 2006. 4. Clark T. R. Caracter și competență în leadership .București: Amaltea, 2017. 5. Curteanu D., Chivu I. M., Popa, I. Ghidul trainerului. București: Irecson, 2005. 6. Drucker P. Despre profesia de manager. București: Meteor Press, 2007. 7. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 8. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 9. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică (ghid metodic). Chișinău: USEFS, 2018. 10. Maxwell J.C. Leadership de aur: lecții învățate într-o viață de lider. București: Amaltea, 2008. 11. Minulescu M. Comunicarea organizațională. București, 2004. 12. Năstase M. Lideri, leadership și organizația bazată pe cunoștințe. București: Editura ASE, 2007. 13. Nicolescu O., Nicolescu L. Managementul modern al organizației, București: Tribuna Economică, 2001. 14. Nicolescu Ov., Verboncu I. Fundamentele managementului organizației. București: Tribuna Economică, 2001. 15. Parkinson M. Ghidul carierei. București: All Beck, 2002. 	

Data completării: 01.09.2021

Frunză-Danail Gabriela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Budevici - Puiu Anatol, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	1	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și metodică jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA (jocurile sportive) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă”, jocurile sportive (90 ECTS) vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică,</p>						

	<p>precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă”, jocurile sportive (90 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), jocurile sportive. • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu cerințele contemporane; • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de antrenorat la proba sportivă aleasă; • În procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată; • În procesul programării să aplice prezentarea metodico – științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză; • Planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament în proba sportivă aleasă; • În cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire; • Să se includă elemente formativ – creative în dirijarea antrenamentului; • Să rezolvă valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional – pedagogice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia planificării antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • Cunoașterea metodelor de lucru diferite în domeniul elaborării unui plan de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă; - să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă; - să prezinte argumentarea biologică a programării efortului în antrenament la proba sportive aleasă; - să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă; - să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;

- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;
- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;
- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;
- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă;
- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă;
- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;
- să cunoască, să aplice planificarea curentă;
- să cunoască să aplice planificarea de etapă;
- să cunoască să aplice planificarea operativă;
- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	Curs	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	10	1	2	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	10	1	2	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	10	1	4	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	10	1	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	10	2	4	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	10	2	2	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă.	10	1	2	10
	8	Planificarea formei sportive.	10	2	4	10
	9	Evidența în antrenamente și competiția sportivă.	10	1	2	15
	10	Lecții de totalizare.	10	1	2	15
Total :			150	14	26	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

1. Strategia didactică la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă”, jocurile sportive (90 ECTS), se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimă a competențelor planificate.

2. **Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice.** Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodică-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.

3. **Metodele și tehnicile de predare-învățare** se vor baza pe următoarele

	<p>criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p>4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual. • Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand. <p>5. Realizarea interdisciplinarității.</p> <p>În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p>6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Triboi Vasile. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Ch.: Tipografia U.S.E.F.S., 2009. 364 p. 2. Иванов Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. М.: «ИНСАН», 2005. 368 с. 3. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с. 4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: 	

- Олимпийская литература, 2003. 392с.
5. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки Учеб.пособие для институтов физической культуры. М., «Физкультура и спорт», 1977. 271 с.
 6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
 7. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
 8. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. М.: «Физкультура и спорт», 1986. 286 с. Платонов В.Н. Теория спорта. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1987. 424 с.
 9. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1984. – 352 с. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 272 с. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
 10. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с.
 11. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с.

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatol



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	1	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, probe sportive individuale a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, probe sportive in dividuale vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie</p>						

(transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.

Disciplina „**Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă**”, probe sportive individuale (90 ECTS), este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.

În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.

Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „**Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă**”, probe sportive individuale (90 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

- Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului „**Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă**” (90 ECTS), probe sportive individuale.
- Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu cerințele contemporane;
- Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de antrenorat la proba sportivă aleasă;
- În procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată;
- În procesul programării să aplice prezentarea metodică – științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză;
- Planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament în proba sportivă aleasă;
- În cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire;
- Să se includă elemente formativ – creative în dirijarea antrenamentului;
- Să rezolvă valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional – pedagogice.

Competențe transversale:

- Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia planificării antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă;
- Cunoașterea metodelor de lucru diferite în domeniul elaborării unui plan de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă.

Finalități și performanțe la curs/modul

Studentul va fi competent:

- să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă;
- să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă;
- să prezinte argumentarea biologică a programării efortului în antrenament la proba sportive aleasă;
- să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică

general și special în proba sportive aleasă;

- să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;
- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;
- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;
- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;
- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă;
- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă;
- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;
- să cunoască, să aplice planificarea curentă;
- să cunoască să aplice planificarea de etapă;
- să cunoască să aplice planificarea operativă;
- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Seminar	Curs	LI
1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	10	1	2	10
2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	10	1	2	10
3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	10	1	4	10
4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	10	1	2	10
5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	10	2	4	10
6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	10	2	2	10
7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă.	10	1	2	10
8	Planificarea formei sportive.	10	2	4	10
9	Evidența în antrenamente și competiția sportivă.	10	1	2	15
10	Lecții de totalizare.	10	1	2	15
Total :		150	14	26	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

1. Strategia didactică la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă”, probe sportive individuale (90 ECTS), se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.

2. **Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice.** Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu

trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.

3. Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.

4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:

- Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual.
- Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand.

5. Realizarea interdisciplinarității.

În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.

6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală.*

1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.

Strategii de evaluare

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. Ardeleanu T. Particularitățile dezvoltării calităților motrice, I.E.F.S, București, 1982.

2. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească "trânta" cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p.
3. Cârstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii, A.N.E.F.S., București, 1996.
4. Cârstea Gh., Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă școlară, Editura Universul, București, 1993.
5. Cârstea Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Universul, București, 1993.
6. Cârstea Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, Notedecurs, Editura Universul, București, 1991.
7. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere și greco-romane. Curs de bază. Chișinău-2016, 160 pag.
8. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane, instruirea juniorilor, Editura Sport-Turism, București, 1981.
9. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane. Elemente de teorie și metodică de antrenament, Editura Sport-Turism, București, 1987.
10. Cișmaș Gh. Lupte libere-Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București, 1996.
11. Cișmaș Gh. Tehnica luptelor greco-romane, Editura Sport-Turism, București, 1988.
12. Cotorcea A., Polevaia-Secărianu A., Rolul combinării optimale a mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor., Chișinău 2013 p.162-167
13. Dragnea A. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS, București, 1991.
14. Manolachi V. Sporturi de luptă-Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo), INEFS, Chișinău, 2003.
15. Petrov R., *Lupte libere*, Editura Stadion, București, 1973
16. Postolachi A., Grosu V., Gilcă M. Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la Campionatele Naționale și Cam-le Mondiale Universitare. Chișinău, IRIM 2019, pag. 96
17. Șiclovan I. Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Sport-Turism, București, 1982.
18. Triboi V. Teoria și metodică antrenamentului sportiv . Curs Universitar . Chișinău , Editura USEFS , 2010 .
Triboi V., Teoria educației fizice

1. Боярина Г. П. Верховая езда. Практические советы начинающих конников. Мн.: МПКФ, 1992. 32 с.
2. Бусуйок С.Л. Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).
3. Деркаченко, И.В. Планирование тренировочного процесса с применением средств и методов легкой атлетики для развития специальных качеств у кикбоксеров – универсалов: Монография / И.В. Деркаченко – Тирасполь: ПГУ, 2021. 160 p.
4. Диллон Джейн Маршалл. Конный спорт техника и стиль прыжка. Практическое руководство. Аквариум ЛТД. 158 с.

5. Дитце С.Р. Равновесие в движении. Посадка всадника / С.Р. Дитце. М.: «Московский конный спорт инвалидов», 2001. 203с.
6. Заяшников,С.И. Тайский бокс/С.И.Заяшников.-Москва:Терра Спорт, 2002. 166 с. Текст: непосредственный.
7. Иванов, А.Д. Кикбоксинг/ А.Д. Иванов. Киев: Перун, 1995. 312 с. Тест: непосредственный.
8. Молокович Г.А. Структура и содержание специальной двигательной подготовки конников / Г. А. Молокович. - М.: «БГОИФК»,1990. 23 с.
9. Мясоедова И. Е. Начальная подготовка всадника / И.Е. Мясоедова. М.: «Мгафк»,2011. 63 с.
10. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Ştiinţa culturii fizice. 2011, nr. 7/1, с. 57-60.

Data completării: 01.09.2021

Polevaia – Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Rîșneac Boris, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Pregătirea profesională a viitorilor specialiști pentru domeniul sportului, antrenor în proba sportivă aleasă, la nivelul studiilor de masterat (ciclul II) include un comportament important după cum este „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba aleasă”, (90 ECTS), PDASPSA, înotul sportiv. În acest sens, studenții trebuie documentați cu cele mai esențiale informații de ordin terminologic și de ordin metodico-științific în special cu metodologia structurii și conținutului planificării antrenamentului sportiv.</p> <p>Prin planificare se înțelege acțiunea de programare, organizare coordonare și conducere pe bază de plan a acțiunii dintr-un domeniu de activitate.</p> <p>Planificarea în antrenamentul sportiv este activitatea de elaborare amănunțită și precisă a obiectivelor de instruire și de performanță, precum și a metodelor, mijloacelor și formelor de organizare propuse pentru a fi realizate în procesul de antrenament.</p> <p>Un program de pregătire planificat și organizat elimină subiectivismul, abordarea lipsită de obiectivele care încă mai persistă în unele sporturi.</p> <p>Procesul didactic se va desfășura în formă de cursuri teoretice, seminare și lucrul individual.</p> <p>Disciplina prevede familiarizarea studenților cu metodologia planificării</p>						

	<p>antrenamentului sportiv în diferite etape de pregătire sportivă.</p> <p>Ca disciplină inclusă în planul de învățământ cu profil special, care are menirea să asigure pregătirea multilaterală a studenților masteranzi în vederea obținerii cunoștințelor teoretico-metodice și deprinderilor practice pentru activitatea profesională ulterioară. Prin conținutul didactic stabilit, însușirea disciplinei va contribui la formarea unor competențe profesionale, direcționate spre cunoașterea metodelor și principiilor de programare și dirijare a procesului de antrenament.</p> <p>Disciplina propriu zisă va crea posibilitatea de analiză și sinteză a diverselor modele de planificare a metodicii antrenamentului sportiv desfășurate în cadrul etapelor de inițiere și de perfecționare a măiestriei sportive.</p> <p>În structura și conținutul curriculumului „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba aleasă”, (90 ECTS), PDASPSA, înotul sportiv. Se propune o tematică complexă care în special este axată pe metodologia planificării antrenamentului sportiv, care vizează etapele pregătirii sportive, tipurile de planificare, pregătirii. Un compartiment important este destinat programării și dirijării procesului de antrenament unde sunt specificate structura și conținutul micro- și monociclică a procesului de pregătire sportivă. În conținutul curriculumului un loc aparte este stabilit pentru înțelegerea și însușirea procesului de periodizare ale antrenamentului, planificării formei sportive, optimizării efortului fizic în dependență de vârstă, sex și nivelul de performanță.</p> <p>Conținutul materiei propuse sa elaborat în baza teoriei curriculum-ului, aplicat la nivel de cerințe normative, vizând dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ.</p> <p>Pomind de la esența teoriei curriculum-ului, tematica propusă este orientată spre formarea competențelor axate pe analiză și sinteză a metodologiei de planificare a procesului de antrenament sportiv. Practicarea activității individuale prin elaborarea diverselor modele ale antrenamentului va contribui la obținerea experienței practico-metodice în cadrul procesului de instruire a studenților masteranzi.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea proiectelor de antrenament; - proiectarea programelor de antrenament; - stabilirea metodelor și mijloacelor de antrenament; - implementarea tehnologiilor informaționale; - evaluarea rezultatelor obținute. - manifestarea atitudinilor responsabile față de procesul de antrenament sportiv; - cultivarea unui mediu științifico-metodic pentru asigurarea eficiență a procesului de antrenament; - valorificarea creativă a metodologii performante în cadrul antrenamentului sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea metodologiei de programare și dirijare a procesului de antrenament. - cunoașterea diverselor metode de organizare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă. - aplicarea noțiunilor specifice. - implementarea metodelor științifice în antrenamentul sportiv. - selectarea testelor pentru evaluarea nivelului de pregătire a sportivilor în proba sportivă aleasă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere studenții - masteranzi trebuie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească și să utilizeze diverse forme de planificare a procesului de antrenament; • să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare capacitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare a capacităților:

- în procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată.
- în procesul programării să aplice prezentarea metodică-științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză;
- planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament;
- în cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire.

La nivel de integrare:

- să se includă elemente formativ-creative în dirijarea antrenamentului;
- să rezolve valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.
- acumularea de cunoștințe priceperi și deprinderi privind elaborarea documentelor de planificarea procesului de instruire și antrenament;
- implementarea planurilor și programelor de antrenament în procesul instruirii cu diferite grupe de sportivi;
- dirijarea pregătirii sportive în cadrul diferitelor etape de antrenament;
- evaluarea nivelului de pregătire sportivă în vederea orientării sportivilor spre starturile de obiectiv.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2.	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3.	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4.	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5.	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6.	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7.	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8.	Planificarea formei sportive.	16	4	2	10
	9.	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
	10.	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
		Total :		150	26	14
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin</p>					

	<p><i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control și lucrărilor individuale</i> pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. București: 1993. 531 p. 2. Bompa T. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Editura „Tana”: 2008. 435p. 3. Dragnea A., Teodorescu S. Teoria sportului. București: 2002. 609 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. 5. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportive. Editura „PIM”, Iași, 2013. 373 p. 6. Баландин В.И., Блудов Ю.А., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. М: Физкультура и спорт. 1986. 193 с. 7. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. - К., 2000. -568 с. 8. Булатова М.И. Теоретико-методологические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. д-ра пед. наук. К.: 1996. 50 с. 9. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. М., 1976. 64 с. 10. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. -М.: Физкультура и спорт. 1985. 176 с. 11. Ганчар И.Л, Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования Одесса «Друк», 2006, 699 с. 12. Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. М.: физкультура и спорт, 2003. 80 с. 13. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320с. 14. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. К.: Олимпийская литература. 2004. 807 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
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	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, gimnastica ritmică a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea</p>						

	<p>antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, gimnastica ritmică vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), gimnastica ritmică este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra de Gimnastica. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), gimnastica ritmică reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea și dirijarea procesului de antrenament a gimnaștilor. 2. Formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape (microcicluri, mezocicluri și macrocicluri). 3. Dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă. <p>Competențe transversale:</p> <p>Necesitatea studierii disciplinei PDASPSA (gimnastica ritmică) în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruiiri integrate în etapa actuală prezintă unele argumente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice în domeniul 100 Științe ale sportului și a. profesionale de tip interdisciplinar. 2. Pregătirea specialiștilor în domeniul educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruiirii centralizate transdisciplinare.
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive în proba aleasă. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă.

Competențe la nivel de aplicare:

Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.

să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă;

- să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă;

- să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă;

- să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;

- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;

- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;

- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;

- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportiv în proba sportive aleasă;

- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportiv la proba aleasă;

- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;

- să cunoască, să aplice planificarea curentă;

- să cunoască să aplice planificarea de etapă;

- să cunoască să aplice planificarea operativă;

- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

Competențe la nivel de integrare:

▪ Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv.

▪ Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern.

▪ Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii și dirijării procesului în cadrul antrenamentului sportiv și competițional la proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8	Planificarea formei	16	4	2	10

	sportive.				
9	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
10	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Notarea este expresia numerică a aprecierii performanțelor ale studenților</p> <p>În cadrul procesului instructiv-educativ se va practica:</p> <ul style="list-style-type: none"> evaluarea calității când raportarea se face la obiectivele de competențe planificate în conținuturi; evaluarea eficienței dedusă din raportarea la resursele utilizate (proiecte, modele, testări); evaluarea progresului când se ține cont de resursele anterioare, în cadrul evaluării inițiale. <p>Evaluarea va avea funcție <i>constatativă</i>, <i>diagnostică</i> și <i>prognostică</i> utilizând metode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual				60%
	Nota pentru examen				40%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. T. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 				

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
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	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, gimnastica artistică a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea</p>						

	<p>antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), PDASPSA, gimnastica artistică vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), gimnastica artistică este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra de Gimnastica. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), gimnastica artistică reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea și dirijarea procesului de antrenament a gimnaștelor. 5. Formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape (microcicluri, mezocicluri și macrocicluri). 6. Dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă. <p>Competențe transversale:</p> <p>Necesitatea studierii disciplinei PDASPSA (gimnastica artistică) în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruiiri integrate în etapa actuală prezintă unele argumente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice în domeniul 100 Științe ale sportului și a. profesionale de tip interdisciplinar. 4. Pregătirea specialiștilor în domeniul educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruiirii centralizate transdisciplinare.
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive în proba aleasă. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă.

Competențe la nivel de aplicare:

Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.

- să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă;
- să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă;
- să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă;
- să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;
- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;
- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;
- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;
- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportiv în proba sportive aleasă;
- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportiv la proba aleasă;
- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;
- să cunoască, să aplice planificarea curentă;
- să cunoască să aplice planificarea de etapă;
- să cunoască să aplice planificarea operativă;
- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

Competențe la nivel de integrare:

- Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv.

- Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern.

- Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii și dirijării procesului în cadrul antrenamentului sportiv și competițional la proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8	Planificarea formei	16	4	2	10

	sportive.				
9	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
10	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Notarea este expresia numerică a aprecierii performanțelor ale studenților</p> <p>În cadrul procesului instructiv-educativ se va practica:</p> <ul style="list-style-type: none"> evaluarea calității când raportarea se face la obiectivele de competențe planificate în conținuturi; evaluarea eficienței dedusă din raportarea la resursele utilizate (proiecte, modele, testări); evaluarea progresului când se ține cont de resursele anterioare, în cadrul evaluării inițiale. <p>Evaluarea va avea funcție <i>constatativă</i>, <i>diagnostică</i> și <i>prognostică</i> utilizând metode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual				60%
	Nota pentru examen				40%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. T. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 				

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	90	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	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	LI		
		150	26	14	110		
Nota de prezentare	<p>Disciplina Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă, (90 ECTS), PDASPSA (atletism) prevede însușirea materialului de studiu sub diferite forme de instruire: teoretică (26 de ore), practică (8 de ore), seminar (6 de ore). Modulul „TPFPSA” prevede în total 150 de ore, dintre care 40 de ore contact direct și 110 de ore studio individual. Studiind cursul respectiv, absolventul ciclului II de studii la specialitatea „TAS” 90 ECTS, trebuie să cunoască procesele integraționale dintre: programarea și dirijarea; prognozarea și modelarea; control și corectare, subiectul și obiectul dirijării; metodele de organizare și desfășurare a activității de cercetare științifică; bazele activității metodice în domeniul educației fizice și sportului; să poată organiza și efectua activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul educației fizice, culturii fizice recreative și antrenamentului sportiv; să pregătească și să susțină public o lucrare de calificare cu caracter științific etc.</p> <p>Obiectivele de bază ale disciplinei sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">- familiarizarea cu bazele dirijării antrenamentului sportiv și metodologia programării componentelor de bază ale procesului pregătirii sportive;- determinarea strategiei dirijării cu procesul de pregătire a sportivilor pe durata unui ciclu anual de antrenament și, de asemenea, cu mecanismul de luare a deciziilor de dirijare;						

	<ul style="list-style-type: none"> - familiarizarea cu sistemul de control și corectare a procesului de antrenament; - elaborarea componentelor modelului și a caracteristicilor-model de pregătire. <p>Evaluarea cunoștințelor se va desfășura în cadrul seminarelor la temele cursului teoretic și practic.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea unui sistem de cunoștințe din domeniul programării și dirijării antrenamentului sportiv • Să însușească metodologia programării, prognozării și modelării • Cunoașterea sistemului de control și corectare a procesului de antrenament • Să însușească tehnologiile specifice de cercetare științifică aplicată în atletism • Aplicarea tehnologiilor de corecție a potențialului motor pe baza modelului de antrenament • Să însușească metodele matematico-statistice și activitățile de cercetare aplicate în domeniul antrenamentului sportiv • Proiectarea direcției de antrenamentului pe baza aplicării sarcinilor motrice • Cunoașterea corelație: programarea, prognozarea și modelarea; dirijarea, control și corectare, subiectul și obiectul dirijării etc; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-sustinere.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă • să însușească cunoștințe și abilități de control activității competiționale, a nivelului pregătirii tehnico-tactice și motrice, a eforturilor de antrenament și competiționale în diferite probe ale atletismului • să însușească cunoștințe despre organizarea sistemului de control în ciclul anual de pregătire a atleților și etc

La nivel de înțelegere și aplicare:						
<ul style="list-style-type: none"> • să formeze abilitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă • se aplice în procesul de planificare pe perspectivă și curent, corecția operațională a eforturilor de antrenament • să elaboreze strategie a procesului de pregătire a sportivilor pe durata unui ciclu anual de antrenament și, de asemenea, cu mecanismul de luare a deciziilor de dirijare • să aplice în procesul de analiză a eficacității antrenamentului sportivilor etc 						
La nivel de integrare:						
<ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive • să includă cunoștințele acumulate în cadrul cursului «programare și dirijare a antrenamentului sportiv» la lista competențelor profesional-pedagogice • să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studierea tendințelor în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvoltarea strategii și tacticii de utilizare a tehnologiei etc. 						
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	C	S	LI
	1	Componentele dirijării antrenamentului sportiv. Sistemul și mecanismul. Controlul și corectării procesului de pregătire a sportivilor. Subiectul și obiectul dirijării cu procesul antrenamentului sportiv. Felurile și etapele controlului.	8	2		6
	2	Conținutul și organizarea sistemului de control în ciclul anual	6	2		4
	3	Procedura controlului parametrilor activității competiționale și nivelului pregătirii tehnico-tactice a atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	4	Procedura controlului indicilor nivelului pregătirii motrice a atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	5	Procedura controlului parametrilor eforturilor de antrenament și competiționali ai atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	6	Corecția în procesul pregătirii atleților de mare performanță	6	2		4
	7	Lecția de recalculare	8		2	6
	8	Programarea în procesul de antrenament. Metodologia programării și prognozării. Componentele programării și prognozării	10	4		6
	9	Modelarea în sistemul dirijării procesului de antrenament. Obiectele modelării, procedura, caracteristicile-model, normelor de pregătire	14	6	2	6
	10	Variantele de calculare a caracteristicilor-model ale obiectelor de bază ale dirijării procesului de antrenament	10	2		10
	11	Ore recapitulare	8		2	6
12	Susținerea de proiect	52	2	2	50	
	Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor</p>					

studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.
 Pe parcurs semestrului realizarea un **proiect** conform tematicii propuse de profesor.
Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).

**Stabilire a notei finale (pondera
 exprimată în %)**

Nota finală	100%
Nota pentru evaluarea finală	40%
Nota evaluarea curentă	60%

**Referințe
 bibliografice**

În limba română

1. Muraru A. Ghidul antrenorului. București Proxima, 2004. 400 p.â
2. Ursanu G., Budevici A., Ursanu V. Modelarea și algoritimizarea managerială a antrenamentului sportiv la grupele de începători și avansați în atletism. Iași: Demiurg, 2008. 164 p.

În limba rusă

1. Баландин В., Блудов Ю., Плахтиенко В. Прогнозирование в спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 192 с.
2. Благущ А. К теории тестирования двигательных способностей. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 162 с.
3. Булкин В. Педагогическая диагностика как фактор управления двигательной деятельностью спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук Москва, 1989. 32 с.
4. Верхошанский Ю. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 176 с
5. Горашенко А. Методологические аспекты построения моделей в спорте: Сб. науч. трудов. Кишинев: НИФВС, 2005. с. 34 -50
6. Горашенко А. Управление тренировочным процессом юных легкоатлетов по критериям должных величин: Метод. реком. Кишинев: НИФВС, 2005. 52 с.
7. Запорожанов В. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1988. 144 с.
8. Зациорский В. Спортивная метрология: педагогический контроль в тренировочном процессе: Учеб. пособ. Москва: ГЦОЛИФК, 1978. 49 с.
9. Иванов В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 256 с.
10. Коренберг В. Спортивная метрология: словарь-справочник: Учеб. пособ. Москва: Советский спорт, 2004. 340 с.
11. Корольков А., Петленко В. Философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва: Медицина, 1977. 393 с.
12. Кузнецов В., Шустин Б. Методология построения модельных характеристик сильнейших спортсменов. В: Совершенствование управления системой подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1980. С. 131.
13. Набатникова М. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 280 с.
14. Набатникова М., Никитушкина В. Методология построения должных норм разносторонней физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Метод. реком. Москва: ВНИИФК, 1984. 38 с.
15. Никитушкин В. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук. Москва, 1996. 98 с.
16. Никитушкин В. Система подготовки спортивного резерва. Москва: Квант, 1994. 320 с.
17. Петровский В. Педагогическое управление в спортивной тренировке. В: Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке. Киев: КГИФК, 1990. с. 44-50.
18. Петровского В. Методы педагогического контроля в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1975. 78 с.
19. Разумовский Е. Проблемы управления подготовкой квалифицированных спортсменов (теоретические аспекты). В: Методологические проблемы совершенствования системы подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1984. с. 53-78.

- | |
|--|
| <p>20. Сулова Ф., Сыч В., Шустина Б. Современная система спортивной тренировки. Москва: СААМ, 1995. 448 с.</p> <p>21. Сутула В., Алабин В., Никитушкин В. Контроль в спорте. Харьков: Основа, 1995. 104 с.</p> <p>22. Тер-Ованесян И. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. Москва: Тера-Спорт, 2000. 128 с.</p> <p>23. Чернов К., Юцин Ю., Брянкин С. Теория индивидуального управления процессом спортивной подготовки. Москва: МОГИФК, 1980. 129 с.</p> |
|--|

Data completării: 01.09.2021

Gorașcenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului ACDȘS					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri, dr. în pedagogie, lect. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Polevaia - Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.09	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru atletism.sefs@		Total	C	S	L/P	LI
			150	26	14	-	110

	mail.com gimnasticausefs@mail.ru catedra PSI use fs.md@mail.ru catedra-natatie@mail.ru					
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Disciplina de studii „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului”, 90 ECTS este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, Specialitatea <i>Tehnologia antrenamentului sportive (90 ECTS)</i>, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului”, 90 ECTS prevede dobândirea și însușirea cunoștințelor teoretico-metodice în baza principalelor direcții ale asigurării calității în domeniul 100 Științe ale sportului.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele asigurării calității în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament; • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea asigurării calității procesului de predare-învățare, a cercetării științifice etc., care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului”, 90 ECTS este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor la diferite probe de jocurile sportive, înotul sportive, gimnastica, la difrite probe sportive individuale, atletism.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - calitate în elaborarea proiectelor de antrenament; - calitate în proiectarea programelor de antrenament; - stabilirea calității metodelor și mijloacelor de antrenament; - calitatea implementării tehnologiilor informaționale; - evaluarea calitativă a rezultatelor obținute. - manifestarea atitudinilor responsabile bazate pe normele de calitate față de procesul de antrenament sportiv; - cultivarea unui mediu științifico-metodic calitativ pentru asigurarea eficientă a procesului de antrenament; - valorificarea calitativă a metodologii performante în cadrul antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea structurii de asigurare a calității. - cunoașterea planificării, implementării și evaluării procesului de asigurare a calității. - aplicarea noțiunilor specifice. - stăpânirea cunoștințelor și a mecanismelor de asigurare a calității procesului de 					

predare-învățare, a cercetării științifice și a resurselor.
- selectarea testelor pentru evaluarea nivelului calității de pregătire a sportivilor în proba sportivă aleasă.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere studenții - masteranzi trebuie:

- să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de asigurare a calității în domeniul științe ale sportului;
- să însușească și să utilizeze diverse forme de planificare a asigurării calității în domeniul științe ale sportului;
- să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare capacitățile de programare și dirijare a procesului de asigurare a calității în domeniul științe ale sportului;

La nivel de înțelegere și aplicare a capacităților:

- în procesul de elaborare și implementare a activității de antrenorat să respecte principiile calității.
- în procesul programării antrenamentului sportiv să aplice prezentarea metodico-științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză;
- să înțeleagă și să aplice criteriile și metodologiile armonizate pentru asigurarea calității antrenamentului sportiv;
- în cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace calitative sigure în procesul de instruire.

La nivel de integrare:

- să se includă elemente formativ-creative progresive în dirijarea antrenamentului;
- să autoevalueze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice;
- acumularea de cunoștințe priceperi și deprinderi privind elaborarea documentelor pe calitatea planificării procesului de instruire și antrenament;
- implementarea planurilor și programelor de antrenament bazate pe un audit calitativ în procesul instruirii cu diferite grupe de sportivi;
- calitatea în dirijarea pregătirii sportive în cadrul diferitor etape de antrenament;
- calitatea în evaluarea nivelului de pregătire sportivă în vederea orientării sportivilor spre starturile de obiectiv.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Oportunitatea, importanța, concepte de bază și particularități în asigurarea calității în învățământul superior.	26	4	2	20
	2	Calitatea programelor de studii universitare.	26	4	2	20
	3	Structurile de Asigurare a Calității.	14	2	2	10
	4	Planificarea, implementarea și evaluarea procesului de asigurare a calității		6	3	20
	5	Asigurarea calității procesului de predare-învățare, calității cercetării științifice, calității serviciilor.		6	3	20
	6	Documentele sistemului de management al calității.		4	2	20
		Total :		150	26	14

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).

În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc.

	Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Cabac V., Calitatea învățământului superior în viziunea comunității academice. Studiu de caz, Univ. de Stat "Alec Russo". - Bălți, 2006. G. Atanasiu, C.Rusu, C. Oprean, A. Curaj, Ș. Buzărnescu, Ghidul calității în învățământul superior. Proiectul CALISRO. Editura Universității din București, 2004 105 p. ISBN 973-575-921-7. Ghidul activităților de evaluare a calității programelor de studii universitare și a instituțiilor de învățământ superior. Ghid cu modificări aprobate de Consiliul ARACIS în 2010, România. 103 p. Ghidul managementului calității în învățământul profesional-tehnic, MECC RM, 2017. 37 p. http://qa.ubbcluj.ro/documente_qa.php https://ipp.md/old/public/files/Evenimente/2005/prezentare/Managementul Calitatii.pps L. Bollaert, S. Delplace, Ghidul pentru includerea eficace a părților interesate în procesul de asigurare a calității. București 2021. 36 p. ISBN 978-973-0-33880-5 Manualul calității, Asigurarea calității în universitatea Babeș-Bolyai. Centrul de dezvoltare universitară și management al calității, 2020 453 p. Manualul Calității, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, Aprobata de Senatul Universității în ședința din 17.05.2018. 38 p. Metodologia de evaluare externă, standardele, standardele de referință și lista indicatorilor de performanță a Agenției Române de Asigurare a Calității în Învățământul Superior, Aprobata de Consiliul ARACIS din data de 29.06. 2017, 60 p. Olaru M., Șavga L., Ghid pentru implementarea unui sistem de management al calității în cadrul instituțiilor de învățământ superior, Chișinău: Edit. Iunie-prim,, 2005. 	

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">12. Platon C. Teoria și metodologia evaluării în învățământul universitar. Teză de dr. hab. în pedagogie. Chișinău. 2005, p. 275.13. Șavga L., et. al. Concepția sistemului de management al calității în instituțiile de învățământ superior. UCCM, ASEM, Fundația Soros-Moldova. Chișinău: Dep. Ed.-Poligr. al ASEM, 2006. 313 p.14. Manolachi V., Demcenco P., Ghețiu A., Zavalîșca A., Mocrousov E., Manualul Calității al Universității de Stat de Educație Fizică Și Sport. Chișinău, 2018. 76 p.15. Обеспечение качества, аккредитация и признание квалификаций как контрольные механизмы Европейского пространства высшего образования. http://logosbook.ru. 2010. |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Scorțenschi Dmitri
Mocrousov Elena
Polevaia Secăreanu Angela
Gorașcenco Alexandr
Moga Carolina



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 90 ECTS, TC (jocurile sportive) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, (90 ECTS), jocurile sportive este de a familiariza studenții care se specializează la jocurile sportive cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însușirea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.• Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a						

	<p>cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedeele metodice de organizare și desfășurare a competițiilor.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul jocurilor sportive; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba de jocurile sportive; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în jocurile sportive; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii în jocurile sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 90 ECTS, jocurile sportive este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale jocurilor sportive. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a jucătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p style="text-align: center;"><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălilor de jocurile sportive forurilor administrative. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p>

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
 - să stabilească comisia de organizare a competiției;
 - să verifice funcționalitatea sălilor de jocuri sportive;
 - să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
 - să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
 - să alcătuiască programul tehnic de concurs;
 - să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
 - să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
 - să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.
- La nivel de integrare:**
- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătiri în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor.	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălilor de jocuri sportive și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Jocul pe posturi.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru jocurile sportive și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții de jocurile sportive.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli.	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene și regulile generale pentru competiția Federațiilor internaționale la probe sportive individuale	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminare. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă,					

	<p>învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
<p>Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)</p>	<p>Notă finală</p> <p>Notă pentru evaluarea finală</p> <p>Notă evaluare curentă</p> <p>Notă de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Notă lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. <p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> Ciorba C și coautori "Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)". Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. "Teoria și metodică jocului de volei". Editura PIM, Iași, 2014, 145p. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitară, Craiova, 2006, 179 p.; <p style="text-align: center;">Handbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137- 	

7, 150 p.

3. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.
4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

Rugby

1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarencu N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.

Baschet

1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p.
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, P. 7 – 25

Tenis de masă

1. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.
2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.
3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe Sportive Individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra PSI usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16		90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 90 ECTS, TC, (jocurile sportive) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul 100 Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 90 ECTS, (jocurile sportive) este de a familiariza studenții care se specializează în probe sportive individuale cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de lupte. Cursul prevede de asemenea insuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă, taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda						

	<p>problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul probelor sportive individuale; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în probele sportive individuale; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în jocurile sportive; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii și tacticii în probele sportive individuale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 90 ECTS, (jocurile sportive) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii ritmice. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a luptătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p>Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălii de lupte forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălilor de probe sportive individuale;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel de integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor.	7	2		5
	3	Componența colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălilor de jocuri sportive și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Probe de lupte.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru jocurile sportive și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții de jocurile sportive.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Intocmirea bugetului de cheltuieli.	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene și regulile generale pentru competiția Federațiilor internaționale la probe sportive individuale	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au					

	<p>mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)</p>	<p>Notafinală</p> <p>Notapentruevaluareafinală</p> <p>Notaevaluareacurentă</p> <p>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</p> <p>Notalucrulindividual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p.</p> <p>2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p.</p> <p>3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p.</p> <p>4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p.</p> <p>5. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p.</p> <p>6. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997.</p> <p>7. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p.</p>	

8. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999.
9. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000.
10. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.
11. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.
12. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p.
13. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.
14. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului. / Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243.
15. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
16. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
17. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
18. Regulile de arbitraj în judo <https://judo.md/judomd/472-reguli-de-arbitraj-lupta-judo-2014-2016.html>
19. Визирякина В. А. Физическая подготовка стрелка-спортсмена: методические основы. Методические рекомендации. Белгородский район, 2018. 16 с.
20. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
21. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
22. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум», 2002. 160с.
23. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224с.
24. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243с
25. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
26. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (înotul sportiv) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (înotul sportiv) este de a familiariza studenții care se specializează la gimnastica ritmică cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în anul I, semestrul 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (înotul sportiv) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p style="text-align: center;">Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p style="text-align: center;">Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a bazinului forurilor administrative.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor; • să stabilească comisia de organizare a competiției; • să verifice funcționalitatea sălilor de gimnastica; • să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor; • să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale); • să alcătuiască programul tehnic de concurs; • să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii; • să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri; • să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției. <p style="text-align: center;">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară; • să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor; • să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice; • să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor; <p>să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.</p>
--	--

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Înotul cu procedeele stil liber, spate, bras, fluture, mixt și stafetă	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru înot și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportivă	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele mondiale de înot (25m) și regulile generale pentru competiția F.I.N.A.	7		2	5
Total :			120	14	16	90

Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminare. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă,</p>
--	--

	<p>învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Notafinală</p> <p>Notapentruevaluareafinală</p> <p>Notaevaluareacurentă</p> <p>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</p> <p>Notalucrulindividual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotărilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școlă" 3/2015, Chișinău, - P.66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта.Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 	

	11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с.
--	---

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Antrenament sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica. Cursul prevede de asemenea însușirea deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda						

	<p>problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii ritmice. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p>Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălii de gimnastica ritmică forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălii de gimnastica ritmică;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componența colegiului de arbitri	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălii de gimnastica artistică și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Diferite echipamente pentru gimnastica ritmică.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica artistică și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor.	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de					

	<p>asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. 2. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. 3. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315. 4. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. 5. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciiov. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. 6. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 7. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimuldisciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Antrenament sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica artistică. Cursul prevede de asemenea insuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda						

	<p>problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în gimnastica artistică; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii la gimnastica artistică sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii artistice; • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a gimnastelor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p>Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului;

- multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs;
- asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a gimnastelor forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălilor de gimnastica artistică;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
- să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
- să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
- să-și autoevalueze nivelul pregătiri în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componența colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Diferite programe la gimnastica ritmică.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica ritmică și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor.	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate.	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modul	Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile pra. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor					

ului	<p>propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica artistică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. Ред 4. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 5. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 6. Крайждан О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 7. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 	



FACULTATEA SPORT

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (atletism)					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism			Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)			
e-mail	atletism.usefs@ mail.ru	Total	C	L/P	S	LI	
		120	14	-	16	110	
Nota de prezentare	<p>Procesul de pregătire a specialiștilor de înaltă calificare în domeniul educației fizice și sportului trebuie să includă și veriga ce se referă la organizarea și desfășurarea concursurilor sportive de diferit nivel, compartiment de importanță majoră în pregătirea viitorului antrenor în diferite ramuri și discipline sportive.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea în practică a competențelor profesionale în domeniul teoriei și practicii competiționale are un rol fundamental în formarea unui viitor antrenor în diferite probe de sport și rezolvă obiectivele ce se referă la formarea la studenții ciclului II de studii a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare.</p> <p>Teoria competițională contribuie plenipotențiar la formarea, la antrenorii diferitelor ramuri și probe de sport a competențelor necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a acestuia, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p> <p>Activitățile teoretice, de laborator și practico-metodice și desfășurate în cadrul disciplinei Teoria competițiilor, 90 ECTS (atletism) contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare</p>						

	<p>și creativitate. Acest modul reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.</p> <p>Modulul Teoria competițiilor, 90 ECTS (atletism) destinat studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură realizarea obiectivelor ce se referă la înzestrarea acestora cu cunoștințele necesare despre baza tehnico-materială a competițiilor în diferite ramuri și probe de sport, precum și despre regulamentul tehnic al concursurilor sportive, dar și formarea priceperilor și deprinderilor practice de organizare și desfășurare a competițiilor de nivel local și național.</p> <p><i>Teoria competițiilor</i> se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit organizarea și desfășurarea competițiilor sportive de nivel local și național la un nivel înalt.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască baza tehnico-materială pentru desfășurarea competiției, la proba de specializare, precum și regulile tehnice ale acesteia; - să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive; - să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă; - să efectueze analiza calității desfășurării manifestațiilor sportive de diferit nivel și să vină cu propuneri și soluții de îmbunătățire a nivelului de organizare și desfășurare a acestora; - să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv; - să aplice în practică tehnologiile moderne de planificare, organizare și desfășurare a manifestațiilor sportive pentru subiecți cu diferit nivel de pregătire sportivă, vârstă și sex; - să cunoască modul de funcționare a aparatelor de arbitraj și să fie apt să opereze cu acestea în procesul de desfășurare a competiției sportive la proba de sport de specializare; - să realizeze planificarea procesului competițional la proba de sport aleasă, dar și a activităților metodic-practice, științifice și educative cu referire la procesul de organizare și desfășurare a concursurilor la diferite probe de sport, în concordanță cu specialitatea aleasă; <p>În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională; - formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție; - formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia; - să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora; - să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea

sarcinilor educației morale și estetice;

- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor;
- desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivel de pregătire;
- analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;
- efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la atletism;
- să elaboreze planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive atletice de diferit nivel.

	Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Terenuri, instalații și materiale pentru desfășurarea competiției sportive la proba aleasă.	14	1	3	10
	2	Arbitrii sportivi și funcțiile lor. Personalul de conducere a competiției (oficialii concursurilor).	14	3	1	10
	3	Arbitrarea concursurilor de atletism. Reguli competiționale.	21	4	2	15
	4	Actele oficiale necesare pentru organizarea și desfășurarea unui concurs sportiv la proba aleasă	20	6	4	10
	5	Practica de arbitraj	51	-	6	45
	Total :			120	14	16

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Formele principale ale instruirii sunt cursurile teoretice și orele de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.

Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări delaborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Evaluarea calității însușirii materialului de studiu se realizează atât în procesul (de cel puțin de trei ori), cât și la sfârșitul studiului. Curriculumul modulului prevede participarea la seminarii și ore de curs în limita a cel puțin de 80%, în primul caz, și cel puțin de 90% - în cel de-al doilea. Masterandul trebuie să pregătească un referat-proiect de concurs sportiv la proba de specializare. Nota finală este rezultatul însumării notelor curente (60%) și a celei finale (40%). Nota finală este calculată ca nota medie a cel puțin două note obținute la seminar (test scris/practic) și nota pentru referat-proiect. Rezumatul este evaluat în conformitate cu schema de mai jos. Procedura de evaluare actuală și finală este reglementată de decizia conducerii departamentului de profil.</p>		
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>		<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>2. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>3. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p.</p> <p>Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p.</p> <p>4. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p.</p> <p>5. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2006. 144 с.</p> <p>6. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2014-2015. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2013. 297 с.</p> <p>7. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; Москва: Физкультура и спорт, 1976. 200 с.</p> <p>8. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. Москва: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2004. 272 с.</p> <p>9. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 187 с.</p> <p>10. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 580 с.</p> <p>11. http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/anti-doping (accesat la 4.01.2022).</p>		



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Probleme actuale de cercetare în cadrul domeniului de formare PACCDF					
Titularul cursului		<p>Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Gorașcenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenshi Dmitri, dr. în științe pedagogice, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.</p>					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A. 11	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, L/ P-M-lecții practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratnj@gmail.com catedra-natacie@mail.ru atletism.sefs@mail.com gimnasticausefs@	Total	C	S	LI		
		120	14	16	90		

	<p>mail.ru</p> <p>catedra_PSI_use fs.md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>				
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Spațiul universitar este locul unde se formează, se instituie, se difuzează valori, dar este și locul unde se discută o serie de valori care nu sunt de acord cu unele comandamente sociale, etice, științifice, politice, ideologice. Aproape toți studenții urmează același traseu de instruire, toți cunosc aceleași idei, este repudiat comportamentul atipic, este sancționată gândirea rebela. Statutul celor din spațiul universitar difera foarte mult de cel al celor din învățământul preuniversitar, deoarece elevii sunt dependenți de autoritatea profesorală pe când studenții ajung la o autonomie mult mai pronunțată. Studentul este subiectul propriei sale deveniri, contribuind la propriul progres, autoperfectionându-se în mod conștient. Se pune problema unei reinvestiri valorice la nivelul practicilor academice, deoarece Universitatea are ca sarcină furnizarea unor competente cerute de circumstanțele sociale. Învățământul superior nu mai trebuie să formeze o elită capabilă de a conduce națiunea spre emancipare ci să furnizeze sistemului social indivizi capabili să răspundă satisfăcător la tot felul de angajamente. Universitatea va favoriza întâlnirea dintre știința, arta, filozofie, a tuturor componentelor culturale, astfel încât absolvenții să nu fie formați unilateral, numai în domeniul strict profesional, ci și în planul competențelor culturale și relaționale fără de care specializarea îngustă nu se justifică și nu se poate împlini. Disciplina „Probleme actuale de cercetare în cadrul domeniului de formare”, 90 ECTS se adresează studenților USEFS din anii în care cuprinse în planul de învățământ această disciplină didactică, dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul jocurilor sportive.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive și a sportului.</p> <p>Curriculumul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii de antrenament sportiv și cu specificul jocurilor sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii jocurilor sportive, principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale antrenamentului.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive-social-economice.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului din domeniul antrenamentului sportiv, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice și sportului capabili de a utiliza elementele de ordin tehnico-științific în cadrul activităților de antrenorat desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului superior în diferite probe de sport ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul sportului, prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea specificului și aplicarea a noilor metode științifice în practica cotidiană ale antrenorului, care va asigura buna desfășurare a procesului de învățământ; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite</p>				

	<p>să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în anul I., semestrul 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretico-științifice și cercetările în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și grupuri la diferite probe de sport cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a procesului de antrenament sportiv de scurtă și lungă durată; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire la disciplinele la diferite probe de sport; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor științifice contemporane apărute în domeniul sportului de performanță la diferite probe de sport; • Susținerea și promovarea planificării antrenamentelor sportive și valorificării rezultatelor acumulate de sportivi, aplicând formele și metodele științifice specifice probei practicate; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al sportivelor și sportivilor în corespundere cu specificul probei sportive alese; • Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele competiționale moderne în ceea ce privește secțiile și grupurile de jocuri sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei APTȘPSA; ▪ să identifice metodele științifice care se aplică în procesul de antrenament sportiv cu jucători; ▪ să caracterizeze formele principale ale cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a cercetărilor pedagogice; ▪ să identifice normele specifice ale verificării pregătirii sportive la jucători; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică jocuri sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine formele și procedeele de valorificare a pregătirii sportive în proba sportive aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică diferite probe de sport; ▪ să analizeze și să explice pregătirea specifică a sportivului; ▪ să determine principiile selectării, planificării, aplicării ale metodelor științifice în valorificarea pregătirii tehnice ale sportivilor; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul procesului de antrenament cu sportivii de înaltă performanță, dar și în grupele cu diferite categorii de sportivi.

		La nivel de integrare:				
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura organizării și asigurării a pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă; ▪ să îmbine cunoștințele specifice acumulate în procesul de pregătire a sportivelor; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea specială a sportivului ce practică diferite probe de sport; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Numărul de ore		
				C	S	LI
	1	Metodologia generală și particulară a cercetării în cadrul domeniului de formare.	6	2	-	4
	2	Tehnici și procedeele de cercetare. Educația fizică și sportului ca știință.	7	1	2	4
	3	Etapile formării științei activității corporale.	7	1	2	4
	4	Rolul ipotezei în cercetarea științifică	9	1	2	6
	5	Metodele de cercetare în domeniul probei sportive alese.	9	1	2	6
	6	Metoda chestionarului. Metoda anchetei. Metoda observației. Metoda studiului de caz.	9	1	2	6
	7	Tehnici cinematice, fotografice și cinematografice în domeniul antrenamentului sportiv.	9	1	2	6
	8	Metodologia folosirii tehnologiilor în domeniul cercetării activităților corporale în diferite probe de sport.	8	1	1	6
	9	Metodele statistico-matematice aplicate în cercetarea științifică a sportivelor la proba sportive aleasă.	10	1	1	8
	10	Tehnica documentării în cercetarea științifică efectuată în domeniul antrenamentului sportive la diferite probe de sport.	14	1	1	12
	11	Organizarea și managementul proiectelor de cercetare științifică în cadrul procesului de antrenament sportiv la diferite probe de sport.	14	1	1	12
	12	Conceptii științifice contemporane specifice domeniului antrenamentului sportiv.	9	1	-	8
14	Evaluarea în cercetarea științifică contemporană în diferite probe de sport.	9	1	-	8	
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului		<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile</p>				

	și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bota, Cornelia Ergofiziologie, Ed. Globus, București, 2000 2. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p. 3. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p. 4. Epuran, M. – Metodologia cercetării activităților corporale, Editura FEST, București, 2005 5. Cordun, Mariana Kinantropometrie, Ed. CDPRESE, 2009 6. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București 2006 7. Brown, Jennifer, W. Trochim, The role of Evaluation in Research– Practice, American Journal of Evaluation 30: 538-553, dec, 2009 8. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Chi. Editura Arc, 2008. – 312 p. 9. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. – Омск, 2003. 10. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуры и спорте. Мл - Academia, 2002. 11. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2 12. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9 13. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance</i>. Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0. 14. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity 	

in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.

14. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.

15. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*, *Journal of Sport Sciences Researches*, <http://dergipark.gov.tr/jssr>. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Buftea Victor

Polevaia – Secăreanu Angela

Scorțenchi Dmitri

Gorașcenco Alexandr



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) pentru învățământului postuniversitar, prin obiectivele și conținuturile didactice proiectate, urmărește perfecționarea continuă a pregătirii teoretico-științifice, metodice, motrice, funcționale și a experienței comportamentale, care, finalmente, va asigura unitatea dintre moralitatea, perfecțiunea fizică și tehnico-tactică a masterandului.</p> <p>Pregătirea tehnicii și tacticii în proba sportivă aleasă are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării nivelului de înțelegere, însușire și de perfecționare în studiu metodicilor de învățare/predare a acțiunilor tehnico-tactice specifice ramurii de sport alese de performanță, optimizării pregătirii tehnice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-relaționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina TPTTPSA, 90 ECTS (jocurile sportive) constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a acționa asupra acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă</p>						

	<p>competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina TPTTPSA, 90 ECTS (jocurile sportive) contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților ciclului II în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în proba ramurii sportive alese din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific ramurii sportive alese; • obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei TPTTPSA, 90 ECTS (jocurile sportive) studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentul sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în PSA. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, masteranzii USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 180 de ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei TPTTRSA, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații tehnico-tactice, procese de pregătire tehnico-tactică; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunea pregătirea tehnică, tactică și clasificarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; - să cunoască tehnica și combinațiile tehnice în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în pregătirea tehnică; - a distinge metodele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă; - să cunoască cerințele de învățare a acțiunilor tehnice în ramura sportivă aleasă; - să cunoască etapele de instruire a acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă;

- să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării acțiunilor tehnice și tactice în proba sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferit nivel de pregătire a sportivului în proba sportivă aleasă;
- selectarea corectă a metodelor de instruire și aplicarea lor diferențiată în procesul de pregătire tehnico-tactică în dependență de contingentul de subiecți.
- să aplice metodele de instruire tehnicii corespunzător scopurilor antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă;
- să elaboreze etapele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă;
- să selecteze bine metodicele de instruire pentru fiecare acțiune tehnico-tactică;
- să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea tehnică, tactică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă.

La nivel de integrare:

- să elaboreze un plan pentru pregătirea tehnico-tactică pentru sportivii în proba sportivă aleasă;
- să desfășoare etapele de instruire a tehnicii individual sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea tehnică, tactică a sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să optimizeze programele pentru perfecționarea acțiunilor tehnico-tactice din proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive în PSA.	12	2	4	6
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament în PSA.	12	2	4	6
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor în PSA.	10	2	2	6
	4	Metodele de instruire și perfecționarea tehnicii sportive în PSA.	10	2	2	6
	5	Mijloace de învățare și perfecționare a tehnicii sportive în PSA.	14	2	6	6
	6	Dezvoltarea aptitudinilor motrice a tehnicii sportive în PSA.	16	2	8	6
	7	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportive în PSA.	14		8	6
	8	Formele de angajare pentru însușirea procedeeleor în condiții apropiate de concurs în PSA.	16	2	8	6
	9	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor în PSA.	14		8	6
	10	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă în PSA.	16	2	8	6
	11	Stabilirea variantelor tehnico – tactice în activitatea sportivă în PSA.	18	2	8	8
	12	Stabilirea variantelor tehnico – tactice în cadrul antrenamentului sportiv și competiției în PSA.	16	2	8	6
	13	Mijloacele utilizate în cadrul procesului de instruire, pentru însușirea și perfecționarea sistemelor tactice de bază.	12		6	6

	Total :	180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei TPTTPSA, 90 ECTS (jocurile sportive) în cadrul catedrei Teoria și Metodica Jocurilor, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>				
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	<p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. <p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> Ciorba C și coautori "Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)". Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. "Teoria și metodică jocului de volei". Editura PIM, Iași, 2014, 145p. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.; <p style="text-align: center;">Handbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodic-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137- 				

7, 150 p.

3. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.
4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

Rugby

1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.

Baschet

1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p.
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, P. 7 – 25

Tenis de masă

1. Moisescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.
2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.
3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing, 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia - Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra PSI usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20		80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba sportivă aleasă”, 90 ECTS, TPTTPSA (probe sportive individuale) pentru învățământului postuniversitar, prin obiectivele și conținuturile didactice proiectate, urmărește perfecționarea continuă a pregătirii teoretico-științifice, metodice, motrice, funcționale și a experienței comportamentale, care, finalmente, va asigura unitatea dintre moralitatea, perfecțiunea fizică și tehnico-tactică a masterandului.</p> <p>Pregătirea tehnicii și tacticii în proba sportivă aleasă are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării nivelului de înțelegere, însușire și de perfecționare în studiu metodicilor de învățare/predare a acțiunilor tehnico-tactice specifice ramurii de sport alese de performanță, optimizării pregătirii tehnice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-relaționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina TPTTPSA, 90 ECTS (probe sportive individuale) constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a acționa asupra</p>						

	<p>acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina TPTTPSA contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților ciclului II în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în proba ramurii sportive alese din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific ramurii sportive alese; • obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei TPTRSA, studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentul sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în PSA. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, masteranzii USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, o 100 de ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei TPTTPSA, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații tehnico-tactice, procese de pregătire tehnico-tactică; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunea pregătirea tehnică, tactică și clasificarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; - să cunoască tehnica și combinațiile tehnice în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în pregătirea tehnică; - a distinge metodele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă; - să cunoască cerințele de învățare a acțiunilor tehnice în ramura sportivă aleasă;

- să cunoască etapele de instruire a acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă;
 - să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării acțiunilor tehnice și tactice în proba sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferit nivel de pregătire a sportivului în proba sportivă aleasă;
 - selectarea corectă a metodelor de instruire și aplicarea lor diferențiată în procesul de pregătire tehnico-tactică în dependență de contingentul de subiecți.

- să aplice metodele de instruire tehnicii corespunzător scopurilor antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă;
 - să elaboreze etapele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă;
 - să selecteze bine metodicile de instruire pentru fiecare acțiune tehnico-tactică;
 - să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea tehnică, tactică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă.

La nivel de integrare:

- să elaboreze un plan pentru pregătirea tehnico-tactică pentru sportivii în proba sportivă aleasă;
 - să desfășoare etapele de instruire a tehnicii individual sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea tehnică, tactică a sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să optimizeze programele pentru perfecționarea acțiunilor tehnico-tactice din proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Generalități despre tehnica proba sportivă aleasă.	12	2	4	6
	2	Factorii ce stau la baza procesului de perfecționare în tehnica probei sportive alese.	12	2	4	6
	3	Importanța pregătirii tehnice în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	4	Corelația dintre pregătirea tehnică și pregătirea tactică în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	5	Sucesiunea învățării acțiunilor motrice din care este constituit procedeul tehnic.	14	2	6	6
	6	Clasificarea (gruparea) tehnicii în proba sportivă aleasă.	16	2	8	6
	7	Mijloacele pentru învățarea și perfecționarea procedeele tehnice în proba sportivă aleasă	14		8	6
	8	Formele de angajare pentru însușirea procedeele în condiții apropiate de concurs.	16	2	8	6
	9	Procesul de automatizare a procedeele. Procedeele "cheie" sau procedeele "preferate".	14		8	6
	10	Generalități despre tactica în proba sportivă aleasă.	16	2	8	6

	11	Întocmirea planului tactic al sportivului începător și sportivului de performanță.	18	2	8	8
	12	Sistemele tactice.	16	2	8	6
	13	Mijloacele utilizate în cadrul procesului de instruire, pentru însușirea și perfecționarea sistemelor tactice de bază.	12		6	6
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei TPTTPSA, 90 ECTS în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe teme predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. 					

9. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000.
10. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.
11. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.
12. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p.
13. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.
14. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. P. 14-68, 135-148.
15. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243.
16. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
17. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
18. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
19. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
20. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
21. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум»,2002. 160 с.
22. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224 с.
23. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243 с
24. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
25. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.
26. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114.
27. Невзоров А. А. Тракт о школьной посадке / А.А. Невзоров. М.: «АСТ»,2008. 127 с.
28. Петушкова Е.В. Характеристика международного конного спорта / Е.В. Петушкова. М.: «Мгафк», 2000. 65 с.
29. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с.
30. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000. 480 с.
31. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба, Научно-методические основы многолетней подготовки борцов, «Высшая школа», 1997. 189 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Diacenco Eugenia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă” este planificată în an I, sem. II, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de înotătorii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la înotătorii de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei; - Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate; - Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;

- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a înotătorilor de performanță;
- Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de înot medii și lungi;
- Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la înot.	4	2		2
	2.	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la înot.	4	2		2
	3.	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor înotători.	4	2		2
	4.	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la înot.	4	2		2
	5.	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la înot.	4	2		2
	6.	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la înot.	4	2		2
	7.	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor înotători.	4	2		2
	8.	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la înot.	4	2		2
	9.	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la înot.	4	2		2
	10.	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la înot.	4	2		2
	11.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe spate (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
	12.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
	13.	Perfecționarea tehnicii înotului fluture (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
	14.	Perfecționarea tehnicii înotului bras (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
	15.	Perfecționarea tehnicii înotului mixt (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
	16.	Perfecționarea tehnicii starturilor și întoarcerilor la procedeul de bază și la înotul mixt.	6		4	2
	17.	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare).	16		8	8
	18.	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază.	6		4	2
	19.	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază.	6		4	2
	20.	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază.	6		4	2
	21.	Perfecționarea metodei de control de antrenament (înotul mixt, prin procedeul de bază).	6		4	2
	22.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8

	23.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Caunsilmen D. E. Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. Maglischo E.W. Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки ловца. Книга тренера. - 					

- М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3.
7. Булгакова Н. Спортивное плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 1996.
 8. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001.
 9. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013.
 10. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
 11. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
 12. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012.
 13. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5.
 14. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4.
 15. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
 16. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.
 17. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012.
 18. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. К.: Олимпийская литература, 2000.
 19. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. – 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4.
 20. Таормина Ш. Секреты быстрого плавания для пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 176 с. ISBN 978-5-91657-711-2.
 21. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.

Data completării: 01.09.2021

Diacenco Eugenia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este planificată în an I, sem. 2, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de gimnastii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastica ritmică, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale, leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la gimnastii de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei; - Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate;

- Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;

- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a sportivilor de gimnastica ritmică de performanță;

- Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de gimnastica ritmică medii și lungi;

- Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la gimnastica ritmică.	4	2		2
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la gimnastica ritmică.	4	2		2
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor la gimnastica ritmică.	4	2		2
	4	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la gimnastica ritmică.	4	2		2
	5	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la gimnastica ritmică.	4	2		2
	6	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică.	4	2		2
	7	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor la gimnastica ritmică.	4	2		2
	8	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la gimnastica ritmică.	4	2		2
	9	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la gimnastica ritmică.	4	2		2
	10	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la gimnastica ritmică.	4	2		2
	11	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica ritmică.	6		4	2
	12	Perfecționarea tehnicii la gimnastica ritmică.	6		4	2
	13	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica ritmică.	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii la diferite aparate la gimnastica ritmică.	6		4	2
	15	Perfecționarea tehnicii mixt la gimnastica ritmică.	6		4	2
	16	Perfecționarea tehnicii întoarcerilor la procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	17	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare) la gimnastica ritmică.	16		8	8
	18	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	19	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	20	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2

	21	Perfecționarea metodei de control de antrenament.	6		4	2
	22	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8
	23	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiul; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. 					

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">6. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки.7. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica artistică) este planificată în an I, sem. 2, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica artistică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de gimnastii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastica ritmică, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicarea interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale, leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la gimnastele de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p>

- Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei;
- Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate;
- Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;
- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a sportivilor de gimnastica artistică de performanță;
- Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de gimnastica artistică medii și lungi;
- Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la gimnastica artistică.	4	2		2
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la gimnastica artistică.	4	2		2
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor la gimnastica artistică.	4	2		2
	4	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la gimnastica artistică.	4	2		2
	5	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la gimnastica artistică.	4	2		2
	6	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică.	4	2		2
	7	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor la gimnastica artistică.	4	2		2
	8	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la gimnastica artistică.	4	2		2
	9	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la gimnastica artistică.	4	2		2
	10	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la gimnastica artistică.	4	2		2
	11	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica artistică.	6		4	2
	12	Perfecționarea tehnicii la gimnastica artistică.	6		4	2
	13	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica artistică.	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii la diferite aparate la gimnastica artistică.	6		4	2
	15	Perfecționarea tehnicii mixt la gimnastica artistică.	6		4	2
	16	Perfecționarea tehnicii întoarcerilor la procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	17	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare) la gimnastica artistică.	16		8	8
	18	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	19	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2

	20	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	21	Perfecționarea metodei de control de antrenament.	6		4	2
	22	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8
	23	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 					

р.

5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
7. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.
8. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с.

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (atletism)					
Titularul cursului		Mruț Ivan, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L/P-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20		80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (atletism) este partea componentă a planului de învățământ al anului I, semestrul II, secția zi, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul sportului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la magistratura a USEFS.</p> <p>Curriculumul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (atletism) este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice, didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul educației fizice și sport cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul atletismului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera atletismului.						

	<p>3. Aplicarea legislației în domeniul Atletismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.</p> <p>4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare sportului.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; • Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului și evaluării tehnicii probelor atletice • Utilizarea metodologiilor de analiză și perfecționarea tehnicii a probelor atletice; • Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism. • Instruirea și perfecționarea tehnicii probelor de atletism. • Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului. • Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale perfecționării pregătirii atleților. • Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul atletismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul educației fizice și sport.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei “Tehnologiapregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă”; • să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism: marș sportiv; alergări; sărituri; aruncări; poliatioane; • să cunoască metodica de desfășurare ședințele practice cu subiecții de diferite vârste cu diferite probleme funcționale ale organismului; • să cunoască metodica de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea. • să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul educației fizice și sport. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; • să explice esența și structura probelor atletice. ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta turistică; • să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea

	profesorului.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	Cursuri teoretice - 20 ore					
	1	Perfecționarea ca proces pedagogic. Principiile, sarcinile și mijloacele de perfecționare. Metodele de perfecționare. Sarcina tipică de perfecționare a mișcărilor Evaluarea mișcărilor..	5	2		3
	2	Exercițiile de dezvoltare fizică generală, ajutoare și speciale folosite în procesul perfecționării probelor atletice. ESAA și folosirea lor la lecțiile de atletism și antrenamentul sportiv	5	2		3
	3	Ședința de antrenament și lecția de atletism – forma d bază de organizare a lucrului profesorului	5	2		3
	4	Particularitățile perfecționării a probelor atletice. Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la orele de atletism	5	2		3
	5	Antrenamentul sportiv ca procesul de dirijare de activitate motrică	5	2		3
	6	Criteriile obiective de evaluare maiestriei sportive	5	2		3
	7	Parametrii, faze și elemente principale în coordonarea mișcorilor și reflectarea lor în ritmul actului de mișcare	6	2		4
	8	Orientarea și activitatea spotivului.	7	2		5
	9	Principiile dirijării procesului de perfecționare maiestriei sportive	4	2		2
	10	Mijloace și metode de instruire și perfecționare. Schema tipică de perfecționare a probelor atletice. Lecția de atletism	5	2		3
	Lecții practico-metodice – 80 ore					
	11	Perfecționarea tehnicii probelor de alergări (viteză și ștafetă)	14	10		4
	12	Perfecționarea tehnicii probelor de marș sportiv	8	4		4
	13	Perfecționarea probelor de sărituri orizontale	12	12		4
	14	Perfecționarea probelor de aruncări	20	16		4
	15	Perfecționarea tehnicii alergărilor de viteză	10	6		4
	16	Perfecționarea tehnicii alergărilor de ștafetă	8	4		4
	17	Perfecționarea tehnicii marșului sportiv	8	4		4
18	Perfecționarea tehnicii săriturii în lungime cu elan	13	8		5	
19	Perfecționarea tehnicii săriturii triple cu elan	7	4		3	
20	Perfecționarea tehnicii aruncării greutății	10	6		4	
21	Perfecționarea tehnicii aruncării suliței	10	6		4	

		Total :	180	100	80						
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ababei R. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. – Bacău: Editura corpului didactic, 2006. 145 p. 2. Alexandrescu D.C., Atletism – Prelegeri. Curs de atletism. Curs de specializare, anul IV. – I.E.F.S. – București, 1991. – P. 20. 3. Alexandrescu D.C., Metodica antrenamentului în probele de atletism. Curs de specializare an. IV. Vol. I. – I.E.F.S. – București, 1978. – P. 30. 3. Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. - București: EDITIS, 1993.– 530 p. Atanasiu Cl. Particularitățile de creștere la copii și juniori și valorificarea lor în antrenament // Revista E.F.S. – București, 1993. – P.85-87. 4. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 5. Belloti P. și colab., Antrenamentul sportiv și calitățile fizice. – Athleticastudi. – Centru de studii Fidal. – 1983. – P. 16-50. 6. Bompa T. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. – București: Ex-Ponto CNFPA, 2002. – P. 17-85. 7. Cecilia Gevat, Alin Larion „Leții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. Cometti G., Bazele științifice ale dezvoltării musculare – AEFA, 1987. – P. 39- 										

58.

8. Cometti G., factorii structurali și nervoși de la baza forței musculare și metode pentru dezvoltarea forței // Sportul de performanță, nr. 332. – M.T.S. – C.C.P.S., București, 1992. – P. 26-36.

9. Cometti G., Pliometria. – UFRSTAPS. – Dijon, 1988. – P. 36-42.. Daniel G. Teoria antrenamentului sportiv. - București: Editura Fundației România de Măine, 2005. – 132 p.

10. Diacikov V.M., Săriturile în atletism. – Tineretului, Cultură Fizică și Sport. – București, 1956. – P. 151.

11. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. Dotti A., Nicolini I., Mijloace și metode pentru antrenamentul modern (traducere din limba italiană). – C.C.P.S., București, 1992. – P. 182-231.

12. Dragnea A. Teoria sportului. – București: FEST, 2002. – P. 3-154. Dragnea A., Bota A. 13. Teoria activităților motrice. – București: Didactică și Pedagogică, 1999. – P. 31-58.

14. Dragnea A., Teodorescu Mate S., Teoria sportului. – FEST. – București, 2002. – P. 610. 15. Homenkov L.S., Atletism / (traducere). – Sport-Turism. – București, 1977. – P. 210-240. 16. Matveev L.P., Novicov A.D., Teoria și metodică educației fizice. – Sport-turism. – București, 1980. – P. 600.

17. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 18. Mihăilescu N.L., Atletism – Optimizarea și raționalizarea antrenamentelor. – Universitatea din Pitești. – Pitești, 2003. – P. 136.

19. Ozolin N.G., Metodica antrenamentului sportiv. – Stadion. – București, 1972. – P. 263.

20. Platonov V.N., Teoria și metodică antrenamentului sportiv. – (traducere). – Kiev, 1984. – Glavnoe Izdatelstvo, izdateliskogo ordena, Visa, Skoda. – P. 60-95.

21. Hirtz P., Perioadele sensibile în dezvoltarea coordonării motrice (Universitatea Ernst-Moritz-Arund, Greifswald, Institutul pentru sport, Varșovia). Verhoșanski Iu.V., Antrenamentul eficient (traducere). Berlin, 1988. – P. 14.

22. Verhoșanski Iu. V., Antrenamentul specific de forță. – Metodologia antrenamentului. – M.T.S., C.C.S.P. – București, 1993. – P. 180.

23. Дьячков В.П. Совершенствование технического мастерства спортсменов Москва: ФиС, 1979.

24. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989.

25. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976.

Data completării: 01.09.2021

Mruț Ivan



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Practica de antrenorat					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolachi Alexei, lect. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului		Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	10	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		70	Studiu individual	230	Total ore pe semestru		300
Regimul disciplinei							
Catedra	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și 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	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru atletism.sefs@		Total	C	L/P	S	LI
			300	10	60	-	230

	<p>mail.com</p> <p>gimnasticausefs@ mail.ru</p> <p>catedra_PSI_uefs. md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>			
<p>Nota de prezentare</p>	<p>În procesul pregătirii specialiștilor cu înaltă calificare, cel mai important îl are practica profesională orientată, care este una dintre verigile de bază ale sistemului educațional. Ea are o funcție de formare a sistemului, care are ca scop consolidarea efectivă, la studenții ciclului II de studii, a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare. Practica are un mare potențial de a forma la viitorul specialist competențele necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a unui viitor antrenor, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p> <p>Activitățile organizate și desfășurate în cadrul practicii contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare și creativitate. Acest stadiu de practică reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.</p> <p>Practica de antrenorat a studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură implementarea sarcinilor sale în cadrul activității cu sportivii din GIU (grupele de instruire și antrenament) și GPS (grupele de perfecționare sportivă).</p> <p>Practica de antrenorat se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 90 ECTS). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit desfășurarea activităților de antrenorat la un nivel profesional înalt.</p>			
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului; - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, diligență, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formuleze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil 			

de viață sănătos, nevoii de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.;

- să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului;
- să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor;
- să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv;
- să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex;
- să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională;
- să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament;
- să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale;
- să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament;
- să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții;
- să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament;
- să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora;
- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;
- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;
- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrice și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);
- să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive;
- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;
- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;
- să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv;
- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;
- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;
- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;
- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;
- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);
- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;
- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;
- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;
- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;
- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;
- formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia;
- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;
- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;
- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor;
- desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire;
- analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;

- efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la proba sportivă aleasă;
- să elaboreze programe de antrenament la proba sportive aleasă, precum și planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive la proba sportive aleasă de diferit nivel.

Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	Curs	Seminar	LP	LI
1	Organizational si informational	44	3		7	34
2	Instructiv-metodic	138	5		27	106
3	Sportiv de masă	29			8	21
4	Educativ	24			6	18
5	Instructivă de cercetare	45	2		8	35
6	Agitație și propagandă	10			2	8
7	Administarativ - logistic	10			2	8
Total :		300	10	-	60	230

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.

Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări delaborator* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. Evaluarea finală Evaluarea inițială a activității studentului – stagiar se efectuează de metodistul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării stagiului de practică. Nota finală a activității

	<p>studentului–stagiari se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și metodistul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiari pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. Bondrea A. Manual de practică. București: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. Goncearuc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice on școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. Secrieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2002. Ciorba C și coautori ”Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)”. Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145 p. Niculescu, Ionela. ”Volei”, Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7. 150 p. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavîi O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, p. 7 – 25. Moisescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, 	

- România, 2013. p. 25-83.
22. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.
 23. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями: монография. - Москва: ИНФРА-М, 2022. - 313 с. ISBN 978-5-16-015465-7.
 24. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И. и др. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 432 с. ISBN 5-7695-1989-4.
 25. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. -М., 1976. 64 с.
 26. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. -176с.
 27. Ганчар И.Л. Плавание: теория и методика преподавания спортивного-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007.
 28. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования. Одесса «Друк», 2006, 699 с.
 29. Гилев Г.А. Малиновский С.В. Тренажёр для специальной подготовки пловцов// Теория и практика физкультуры. 1976.- № 7. с. 67-69.
 30. Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажёрных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. -М., 1978. 21 с.
 31. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСиТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092.
 32. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
 33. Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. -М.: физкультура и спорт, 2003, 80 с.
 34. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
 35. Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983.
 36. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320 с.
 37. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
 38. Платонов В.Н. –Плавание. Киев: Олимпийская литература, 2000.
 39. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.
 40. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012
 41. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич. пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3
 42. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.
 43. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p.

44. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
45. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
46. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
47. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.
48. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с.
49. Bufta V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. În: Didactica gimnasticii. Vol.I. Teorie și metodologie. Coord. T.
50. Grimalschi, E. Filipenco, Chișinău: USEFS, 2013, p.178-205.
51. Cerghit I. Metode de învățământ. Ed. A IV-a revăzută și adăugată. Iași: Polirom, 2006, p. 20.
52. Grimalschi T. Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p. 11-65.
53. Sălăvăstru D. Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale. Iași: Polirom, 2006, p. 5-210.
54. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf>
55. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnve-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
56. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
57. <http://sdr.lysva.biz/page13.html>
58. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlva-prepodavatelei/128-chtotakoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
59. <https://infourok.ru/ponyatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva-1198707.html> (accesat 11.01.22)
60. <https://studfiles.net/preview/3355746/> (accesat 11.01.22)
61. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf> (accesat 11.01.22)

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Bufta Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II, SEMESTRUL 3							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă, 90 ECTS (jocurile sportive)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la înot, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficientă a pregătirii sportivilor în cadrul						

	<p>pregătirii multianuale de antrenament;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a înotătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (jocurile sportive) este planificată în an II, sem. III, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive; • asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniului jocurilor sportive; • autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive și din domenii înrudite; • capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în jocurile sportive; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în jocurile sportive; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la diferite probe de jocurile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în jocurile sportive; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în natație; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în natație. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Controlul și planificarea în diferite probe la jocurile sportive.	18	6	2	10
	2.	Studierea formelor principale ale controlului în jocurile sportive.	16	4	2	10
	3.	Specificul verificării aspectelor de pregătire în jocurile sportive.	17	4	3	10
	4.	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	12	4	3	5
	5.	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive la diferite probe în jocurile sportive	13	6	2	5
	6.	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în diferite probe la jocurile sportive.	14	6	3	5
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>					

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	Fotbal	
	1. Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5.	
	2. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8.	
	3. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p.	
	4. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p.	
	Volei	
	1. Ciorba C și coautori ”Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)”. Chișinău, „Valinex” SA, 2007.	
	2. Conohova T., Păcuraru A. ”Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145 p.	
	3. Niculescu, Ionela. ”Volei”, Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.;	
	Handbal	
	1. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p.	
	2. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p.	
3. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.		
4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-10, 216 с.		
Rugby		
1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.		
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.		
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.		
Baschet		
1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.		
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p.		
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău., 2016, p. 7 – 25		
Tenis de masă		
1. Moisescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.		
2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся		

настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.

3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing, 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chişinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Control complex în proba de sport aleasă CCPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-Master)	M	Codul cursului	S 03 O. 14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale		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.psi_usefs.md@mail.ru		Total	C	S	LP	LI
			90	15	30	-	45
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Controlul complex în proba de sport aleasă", 90 ECTS (probe sportive individuale) este prevăzută pentru studenții Facultății de Sport în cadrul specialității Tehnologia antrenamentului sportiv la ciclul II studiilor de masterat, cu numărul total de credite 90.</p> <p>Conținutul cursului prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului din domeniul ales și tipurile controlării complex, care duc la îmbunătățirea stării sănătății și a măiestriei sportive.</p> <p>Produsul final al acestui curs este acumularea și realizarea în practică a cunoștințelor specifice ale antrenorului în domeniul controlului complex pentru echipele și sportivii în parte.</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a cunoștințelor în procesului de control complex al antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv;• obiectivele cadru – formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor a conținutului controlului de bază și tipurile generale ale controlului complex specific ramurii sportive alese;• obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei CCRSA, studenții vor fi capabili să planifice formele de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive la proba sportivă aleasă.						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor specifice ramurii de sport.</p> <p>Disciplină “Control complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (probe sportive individuale) se studiază la Programul de master “Tehnologia Antrenamentului Sportiv” pe un număr de 90 ore, 3 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 45 ore; lucru individual 45 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – seminare. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de îndeplinit două testări curente. Studiarea obiectului se finalizează cu examen.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei CCPSA, necesare predării sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unui plan de pregătire, procese de dirijarea ale antrenamentului sportiv; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare; - cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; - cunoașterea, înțelegerea și interpretarea a formelor de control complex în sport ales; - aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizări unor aplicații practice a cunoștințelor acumulate; - aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenamente sportive în probă sportivă aleasă; - aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea formelor de control care vor contribui la formarea a unei echipe omogene în proba de sport aleasă; - determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	S	LI
<p>1</p>		<p>Controlul și planificarea în proba de sport aleasă</p>	12	2	5	5
<p>2</p>		<p>Studiarea formelor principale ale controlului în proba de sport aleasă</p>	15	2	5	8
<p>3</p>		<p>Specificul verificării a aspectelor de pregătire în proba de sport aleasă</p>	16	3	5	8
<p>4</p>		<p>Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și discifrarea rezultatelor primite</p>	13	2	5	6

	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive la proba sportivă aleasă	15	2	5	8
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie	19	4	5	10
		Total :	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei “Control complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (probe sportive individuale) în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecieria se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internationali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. p. 14-68; p. 135-148. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători 					

ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243.

13. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
14. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
15. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
16. Визирякина В. А. Физическая подготовка стрелка-спортсмена: методические основы. Методические рекомендации. Белгородский район, 2018. 16 с.
17. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
18. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
19. Воронова Е. А. Развитие конного спорта невозможно без комплексного подхода // Российское олимпийское движение, № 2, 2010. с. 181-185.
20. Дей В. Тренировка скаковой лошади. – М.: Книжный дом Либриком, 2012. с. 204.
21. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум», 2002. 160 с.
22. Дугарова Д. В., Петренко Г. П., Аксенов М. О. Планирование нагрузки в спорте // Вестник Бурятского государственного университета, №13, 2012. С. 82.
23. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин Москва.: Спорт, 2016. 464 с.
24. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224 с.
25. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243 с
26. Курамшин Ю. Ф., Дитягин А. Н. Планирование, контроль и учет в процессе спортивной подготовки. – СПб: [б.и.], 2007. с. 5.
27. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
28. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.
29. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, p. 57-60. ISSN 1857-4114.
30. Никитушкин В. Г. Современная подготовка юных спортсменов. Методическое пособие. Москва, 2009. 112 с.
31. Носович С. Л. Современная езда. Скачки и тренировка. – М.: Либроком, 2011. С. 75.
32. Бардамов Г. Б. Управленческие задачи и их значимость при планировании учебно-тренировочной деятельности в спорте высших достижений // Вестник Бурятского государственного университета, № 13, 2011. с. 18.
33. Кубланов М.М. Силовая подготовка стрелков-винтовочников. Учебное пособие. Воронеж, 2003. 163 с.
34. Невзоров А. А. Тракт о школьной посадке / А.А. Невзоров. М.: «АСТ», 2008. 127с.
35. Петушкова Е.В. Характеристика международного конного спорта / Е.В. Петушкова. М.: «Мгафк», 2000. 65 с.
36. Платонов В.Н. Система подготовки в Олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. Киев. Олимпийская литература. 2004. 808 с.
37. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri, dr. în științe ale educației, lect. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		45	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (înotul sportiv)”, 90 ECTS (înotul sportiv) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (înotul sportiv) prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la înot, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a înotătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (îmotul sportiv) este planificată în an II, sem. 3, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în natație; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în natație; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la înot. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în natație; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor;

	<ul style="list-style-type: none"> • aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în natație; • aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în natație. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în sporturile nautice.	17	4	3	10
	2	Studierea formelor principale ale controlului în sporturile nautice.	18	6	2	10
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în sporturile nautice.	18	6	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	13	6	2	5
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în sporturile nautice.	12	4	3	5
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în sporturile nautice	12	4	3	5
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmicării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmicare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierile se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1 3. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. 4. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. 5. Șalgău Silviu Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1 6. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки ловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3 7. Анатомия плавания [пер. с англ. С.Э. Борич]. – Минск: «Попурри», 2011. – 200 с.: ил. ISBN 978-985-15-1219-1 8. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 9. Булгакова Н. Ж.– Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 10. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 11. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 12. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр «Академия», 2003. 13. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 14. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 15. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСИТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092 16. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9 17. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 18. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 19. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012. 20. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5 21. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4 22. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 23. Платонов В.Н. Плавание.- Киев: Олимпийская литература, 2000. 24. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		45	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (gimnastica ritmică)”, 90 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica ritmică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;• obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism						

	<p>stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este planificată în an II, sem. 3, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în gimnastica ritmică; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în gimnastica ritmică; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor din gimnastica ritmică;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în gimnastica ritmică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în gimnastica ritmică.	17	4	3	10
	2	Studierea formelor principale ale controlului în gimnastica ritmică.	18	6	2	10
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în gimnastica ritmică	18	6	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	13	6	2	5
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în gimnastica ritmică.	12	4	3	5
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în gimnastica ritmică.	12	4	3	5
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. 3. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 4. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 7. Крайждан,О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Типogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 	

Data completării:01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		45	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (gimnastica ritmică)”, 90 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica ritmică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficientă a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament; • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism 						

	<p>stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 90 ECTS (gimnastica ritmică) este planificată în an II, sem. 3, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastice artistice; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în gimnastica artistică; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în gimnastica artistică; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la gimnastica artistică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor din gimnastica ritmică;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în gimnastica artistică.; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în gimnastica artistică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în gimnastica artistică.	17	4	3	10
	2	Studierea formelor principale ale controlului în gimnastica artistică.	18	6	2	10
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în gimnastica artistică.	18	6	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	13	6	2	5
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în gimnastica artistică.	12	4	3	5
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în gimnastica artistică.	12	4	3	5
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

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	<p>1. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.</p> <p>2. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332.</p> <p>3. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.</p> <p>4. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.</p>	

Data completării:01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-Master)	M	Codul cursului	S 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.	
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	atletism.usefs@mail.ru		Total	C	S	L	LI
			90	20	6	14	110
Nota de prezentare	<p>Conținutul și modul de organizare a acestui modul au fost elaborate în conformitate cu curriculumul USEFS (Programul de master – Tehnologia antrenamentului sportiv, 90 ECTS) (Aprobat prin Hotărârea Senatului USEFS din 23.06.2016, proces verbal nr.6). La rândul său, planul de învățământ a fost elaborat în conformitate cu prevederile Codului Educației, adoptate de Parlamentul Republicii Moldova la 17 iulie 2014 (152) și Planul-cadru pentru studii superioare, aprobate prin Ordinul Ministrului Educației al Republicii Moldova nr. 1054 din 10.29.2015.</p> <p>Concretizarea scopului permite formularea obiectivelor modulului:</p> <ul style="list-style-type: none"> - familiarizarea cu sistemul de control și corectare a procesului de antrenament; - familiarizarea cu variantele implementarea de control în procesul dirijării a antrenamentului sportiv, modelării și selecție; - familiarizarea cu cerințe metrologice pentru bateria de teste și conținutul acesteia; - familiarizarea cu sistemului de control al activității competiționale în atletismul ciclic și aciclic, a stării de pregătire: tehnic și tactic, motor, funcțional, a eforturilor competitive și de antrenament <p>Evaluarea cunoștințelor se va desfășura în cadrul seminarelor la temele cursului teoretic și practic.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească cerințele metrologice pentru bateria de teste și conținutul acestora • Cunoașterea sistemului de control și corectare a procesului de antrenament • Formarea unui sistem de cunoștințe din domeniul programării și dirijării antrenamentului sportiv • Să însușească metodologia programării și controlului, prognozării și modelării • Să însușească tehnologiile de cercetare științifică aplicate în atletism • Utilizarea tehnologiilor de corecție a potențialului motor pe baza modelului de antrenament • Să însușească metodele de analiză statistice și activitățile de cercetare aplicate în domeniul antrenamentului sportiv <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posedă cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-sustinere.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă • să însușească cunoștințe și abilități de control activității competiționale, a nivelului pregătirii tehnico-tactice și motrice, a eforturilor de antrenament și competiționale în diferite probe ale atletismului • să însușească cunoștințe despre organizarea sistemului de control în ciclul anual de pregătire a atleților etc <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • se aplică în procesul de analiză a eficacității antrenamentului sportivilor • să formeze abilitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă • să implementeze sistemul de control în procesul dirijării a antrenamentului sportiv, modelării și selecție; • se aplice sistemul de control la toate etapele de antrenament multianual. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive

- să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studiază tendințele în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvolta strategii și tactici de utilizare a tehnologiei și etc

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	C	S	LI	
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	1	Control în sistemul de pregătire a sportivilor (scop, obiective, tipuri etc). Etapele controlului și planificarea acestora în ciclul anual. Organizarea sistemului de control într-un ciclul anual, în funcție de tipul de specializare. Particularitățile sistemului de control în diferite etape ale antrenamentului multianuale	16	4	2	10
	2	Control de complex, conținutul acestuia. Particularitățile ale formării complexelor de diagnostice în funcție de tipul de specializare. Metode sistemului control de complex	10	2	2	6
	3	Lecția de recalculare	8	2	2	4
	4	Controlul activității competiționale în atletismul ciclic și aciclic. Controlul stării de pregătire: tehnic și tactic, motor, funcțional etc. Controlul eforturilor competitive și de antrenament	14	6	2	6
	5	Cerințe metrologice pentru bateria de teste și conținutul acesteia. Testați fiabilitatea, stabilitatea, consistența, echivalența. Informativitatea testelor, logic, empiric. Criteriile și evaluarea acestora. Norme de vârstă, individuale, comparabile și adecvate. Evaluări ale experților. Omogenitatea sau eterogenitatea bateriei de testare	14	6	2	6
	6	Control și management. Control și modelare. Controlul și prognoza talentului (selecție)	11	4	2	5
	7	Lecția de recalculare	7	4	1	2
	8	Susținerea de proiect	10	2	2	6
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Pe parcurs semestrului realizarea un proiect conform tematicii propuse de profesor.</p> <p>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>					
Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		60%			
Referințe bibliografice	În limba română					
	<p>1. Muraru A. Ghidul antrenorului. București Proxima, 2004. 400 p. 2. Ursanu G., Budevici A., Ursanu V. Modelarea și algoritimizarea managerială a</p>					

antrenamentului sportiv la grupele de începători și avansați în atletism. Iași: Demiurg, 2008. 164 p.

În limba rusă

1. Баландин В., Блудов Ю., Плахтиенко В. Прогнозирование в спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 192 с.
2. Благуш А. К теории тестирования двигательных способностей. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 162 с.
3. Булкин В. Педагогическая диагностика как фактор управления двигательной деятельностью спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук Москва, 1989. 32 с.
4. Горашенко А. Методологические аспекты построения моделей в спорте: Сб. науч. трудов. Кишинев: НИФВС, 2005. с. 34 -50.
5. Горашенко А. Управление тренировочным процессом юных легкоатлетов по критериям должных величин: Метод. реком. Кишинев: НИФВС, 2005. 52 с.
6. Запорожанов В. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1988. 144 с.
7. Зациорский В. Спортивная метрология: педагогический контроль в тренировочном процессе: Учеб. пособ. Москва: ГЦОЛИФК, 1978. 49 с.
8. Иванов В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 256 с.
9. Коренберг В. Спортивная метрология: словарь-справочник: Учеб. пособ. Москва: Советский спорт, 2004. 340 с.
10. Корольков А., Петленко В. Философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва: Медицина, 1977. 393 с.
11. Кузнецов В., Шустин Б. Методология построения модельных характеристик сильнейших спортсменов. В: Совершенствование управления системой подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1980. с. 131.
12. Набатникова М. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 280 с.
13. Набатникова М., Никитушкина В. Методология построения должных норм разносторонней физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Метод. реком. Москва: ВНИИФК, 1984. 38 с.
14. Никитушкин В. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук. Москва, 1996. 98 с.
15. Никитушкин В. Система подготовки спортивного резерва. Москва: Квант, 1994. 320 с.
16. Петровская В. Методы педагогического контроля в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1975. 78 с.
17. Разумовский Е. Проблемы управления подготовкой квалифицированных спортсменов (теоретические аспекты). В: Методологические проблемы совершенствования системы подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1984. с. 53-78.
18. Сулова Ф., Сыч В., Шустина Б. Современная система спортивной тренировки. Москва: СААМ, 1995. 448 с.
19. Сутила В., Алабин В., Никитушкин В. Контроль в спорте. Харьков: Основа, 1995. 104 с.
20. Тер-Ованесян И. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. Москва: Тера-Спорт, 2000. 128 с.
21. Чернов К., Юцин Ю., Брянкин С. Теория индивидуального управления процессом спортивной подготовки. Москва: МОГИФК, 1980. 129 с.

Data completării: 01.09.2021

Gorașenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)					
Denumirea cursului		Cercetarea/elaborare a tezei de master					
Titularul cursului		<p>Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolachi Alexei, lect. univ., Antrenor Emerit al RM</p>					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului		Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	27	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		165	Studiu individual	645	Total ore pe semestru		810
Regimul disciplinei							
Catedra	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru atletism.sefs@		Total	Contact direct		LI	
			810	2165		645	

	<p>mail.com</p> <p>gimnasticausefs@ mail.ru</p> <p>catedra_PSI_uefs. md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>			
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Stagiile de practica constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practică asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul - viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Astfel, studiul bazelor practicii de antrenorat devine prioritar pentru studenți, ca viitori specialiști și, deopotrivă, pentru practicienii și elaboratorii de strategii, de tactici de organizare și conducere. Stagiile de practică în cadrul formării inițiate în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, federații, cluburi și școli sportive.</p> <p>Practica de cercetare este prevăzută în planul de studii și are următoarele obiective fundamentale: <i>consolidarea și aprofundarea cunoștințelor teoretice; obținerea deprinderilor practice în specialitatea de educație fizică și sport; culegerea materialelor practice necesare în elaborarea tezei de licență.</i></p> <p>În conformitate cu decizia Senatului USEFS din 30.03.2017 privind calitatea elaborării tezelor de master și licență de către studenți, ciclul I și II, precum și în scopul monitorizării punerii în aplicare de către catedre și facultăți a cerințelor și recomandărilor ce facilitează sporirea competențelor profesionale ale viitorilor specialiști de cultură fizică, catedrele efectuează o analiză asupra situației respective în vederea stabilirii nivelului, la care s-a realizat procesul sus menționat.</p> <p>Studenții sunt informați la catedre cu <i>Regulamentul privind elaborarea tezelor de licență/master</i>, acesta fiind plasat pe site-ul universității.</p> <p>Teza de master este una dintre componentele principale ale examenului de licență și reprezintă o lucrare de sinteză executată în baza competențelor profesionale acumulate de student în perioada studiilor, a cunoștințelor teoretice, precum și a abilităților practice obținute la disciplinele fundamentale și la cele de specialitate, a activității de cercetare științifică efectuată în cadrul cercurilor științifice etc.</p> <p>Susținerea publică a tezei de master se finalizează studiile la Ciclul II, Masterat.</p> <p>Calitatea înaltă a rezultatelor activității didactice, care este determinată de nivelul cunoștințelor și al deprinderilor absolvenților USEFS, este posibilă doar prin asigurarea unui nivel înalt de organizare a procesului instructiv pe parcursul întregii perioade de studii. În corespundere cu cerințele Codului educației nr.152 din 17 iulie 2014, studenții USEFS, după finalizarea studiilor la Ciclul II (Master), trebuie să elaboreze o lucrare de calificare la sfârșitul studiilor sub formă de teză de licență. Totodată, tezele de licență trebuie să cuprindă o componentă științifică, fără plagiat și compilare a materialului informativ. Teza de licență este considerată un rezultat final și integral al pregătirii profesionale a studenților anului terminal la specialitatea respectivă. Ea trebuie să reprezinte o cercetare realizată de sine stătător și, finalizată, să conțină elemente de noutate științifică și, în măsura posibilităților, să poarte un caracter experimental, de</p>			

asemenea să aibă importanță teoretică și practică. Teza de master este unul dintre principalele criterii de apreciere a corespunderii nivelului de pregătire teoretică și practică a studentului, cerințelor curriculum-ului universitar în specialitatea aleasă. Monitorizarea și evaluarea organizării susținerii tezelor de licență în cadrul USEFS se realizează de către rector, prorectori și decanii facultăților sub egida Consiliului de calitate al universității.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:

- cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii;
- capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire;
- abilitatea de a transmite informațiile altora.

Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.

La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:

- să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale;
- să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă);
- să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, sărăcuință, angajare, comunicare, toleranță etc.;
- să formeze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese;
- să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv), cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil de viață sănătos, necesității de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.;
- să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului;
- să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor;
- să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv;
- să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex;
- să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională;
- să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament;
- să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale;
- să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament;
- să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții;
- să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament;
- să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora;
- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în

funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;

- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;
- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice includ caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de cercetare, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrice și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);

- să întocmească și să prezinte documente din cadrul instituției unde a desfășurat experimentul pedagogic;

- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;

- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;

- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;

- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;

- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;

- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;

- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);

- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;

- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;

- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;

- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;

- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;

- formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- teza de master constituie o componentă importantă a evaluării absolvenților de la Ciclul II (Masterat) și are drept scop evaluarea competențelor în: realizarea cercetării științifice; integrarea cunoștințelor teoretice în procesul de investigație științifică; elaborare a unor soluții practice specifice domeniului de formare profesională; interpretarea studiilor de caz. Teza de licență se elaborează începând cu penultimul an de studii, sub îndrumarea conducătorului/ consultantului științific, în corespundere cu domeniul de formare profesională, direcțiile de cercetare teoretică și experimentală ale catedrelor de specialitate, care sunt în conformitate cu direcțiile generale de cercetare ale USEFS. Candidații selectează tema tezei de licență din lista propusă de catedra de profil, la finele anului de studii precedent. Se admit la susținerea tezei de licență studenții care au realizat integral planul de învățământ și au acumulat numărul de credite stabilit pentru programul respectiv de formare profesională. Teza de master se elaborează de către student, de regulă, în limba română sau în limba în care studentul și-a făcut studiile.

- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;

- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;

- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;

- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;

- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;

- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;

- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;

- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiectivelor și a modului de soluționare a lor;

- să desfășoare măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivel de pregătire;

- să analizeze din punct de vedere logistic – managerială nivelul de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;

- să organizeze și să realizeze cercetări pe tema tezei de licență, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- Teza de master reprezintă o sinteză cu elemente de cercetare științifico-practică, elaborată de sine stătător de către student sub îndrumarea conducătorului/consultantului științific. Procesul de realizare a tezei de licență cuprinde trei etape:

- - PLANIFICAREA - ELABORAREA - SUSȚINEREA PUBLICĂ (prealabilă și finală). Realizarea tezei de licență se va supune unui algoritm de acțiuni:

- PLANIFICAREA - Stabilirea unui Plan calendaristic de realizare a tezei de licență. Conducătorul științific stabilește, de comun acord cu studentul, un program de activitate care vizează etapele de elaborare, prezentare spre discuție și verificare a materiei cercetate. În Planul calendaristic de realizare a tezei de master conducătorul științific confirmă prin semnătură îndeplinirea de către student a sarcinilor prevăzute pentru anumite etape de elaborare a lucrării. Planul calendaristic de realizare a tezei de

licență completat, însoțit de avizul conducătorului științific al studentului, se va anexa la varianta finală a tezei (pentru a fi prezentat Comisiei de licență de susținere finală a tezelor de licență).- Structura cercetării se elaborează cu acordul conducătorului științific, ulterior, odată cu documentarea detaliată la tema abordată, se va întocmi un plan provizoriu al tezei de licență, se vor stabili obiectivele de lucru.

- ELABORAREA - Documentarea științifică. Studentul consultă sursele de documentare disponibile (cărți, documente, periodice, internet, prospecte sau alte publicații, ultimele realizări și evoluții privind tema studiată), abordează, împreună cu conducătorul științific, informațiile din domeniul de cercetare și le structurează logic. Suplimentar, el/ea selectează informații elocvente pentru alcătuirea ulterioară a bibliografiei;
 - Elaborarea aparatului categorial de noțiuni, structurarea și redactarea textului științific al capitolului I, conform cerințelor Ghidului de perfectarea tezelor de licență/master USEFS;
 - Culegerea materialelor practice și experimentale. Elaborarea și realizarea experimentului de constatare. Perioada elaborării tezei de licență include un stagiu practic care prevede: - realizarea experimentului de constatare; - prelucrarea cantitativă și calitativă a datelor experimentale; - implementarea aspectelor aplicative ale lucrării.
 - Elaborarea și prezentarea capitolului II. Analiza, sinteza și prelucrarea datelor experimentale, obținute în cadrul stagiului de practică de licență (de specialitate);
 - Prezentarea conducătorului științific a primei variante integrale a tezei de master pentru susținerea prealabilă a ei. SUSTINEREA PUBLICĂ Susținerea prealabilă a tezei de licență are loc la catedră în prezența conducătorului științific și a altor cadre didactice de specialitate, cu cel puțin o lună înainte de data indicată pentru susținerea finală. Studenții care nu au reușit să prezinte teza de licență spre examinare la susținerea prealabilă, nu se admit la următoarea etapă de susținerea a tezei de licență.
 - Redactarea finală a tezei de licență înainte de copertare. Conducătorul științific oferă studentului consultații în vederea completării și/sau modificării unor aspecte ale lucrării. - Imprimarea și copertarea a două exemplare ale tezei de licență.
 - Prezentarea/depunerea, în termenul stabilit, a 2 exemplare ale tezei de master la catedra de specialitate, precum și a versiunii în format electronic a acesteia conducătorului științific pentru avizare, cu cel puțin 10 zile înainte de examenul de susținere a tezelor de licență și la catedra de profil (pentru evaluare și admitere la susținerea finală).
 - Pregătirea discursului și a prezentării (power point) pentru susținerea tezei în fața Comisiei de masterat.
 - Susținerea finală a tezei în fața Comisiei de masterat.

	Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Contact direct	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizational si informational	105	20	85
	2	Instructiv-metodic	100	20	80
	3	Susținerea prealabilă la conducătorul științific la teza de master	60	20	40
	4	Desfășurarea experimentului pedagogic	365	65	300
	5	Analiză cercetării	95	15	80
	6	Susținerea prealabilă în cadrul catedrei de profil	30	10	20
	7	Redactarea finală a tezei de master	55	15	40
	Total :			810	165

Strategii de predare& Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice și de seminar. Cursurile teoretice sunt organizate sub formă de prelegere clasică, dezbateri. Pot fi cursuri mixte - prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice/laborator, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare

învățare în cadrul cursului/modulului	<p>și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru activitatea preconizată, potențialul de învățare la începutul unei noi activități (susținerea tezei de licență). Se apreciază prin <i>prezentarea tezei de master (power point), după care urmează întrebările pe baza cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate pe parcursul anilor de studii, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p>2. Evaluarea finală</p> <p>Evaluarea finală a activității studentului – stagiar se efectuează de conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar și rezultatele cercetării efectuate. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării experimentului pedagogic. Nota finală a activității studentului–stagiar se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiar pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea de Sport.</p>										
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="532 1423 1349 1457">Nota finală</td> <td data-bbox="1349 1423 1502 1457">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="532 1457 1349 1491">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1349 1457 1502 1491">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="532 1491 1349 1524">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1349 1491 1502 1524">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="532 1524 1349 1558">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1349 1524 1502 1558">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="532 1558 1349 1591">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1349 1558 1502 1591">20%</td> </tr> </table>	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%
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	<ol style="list-style-type: none"> Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. Bondrea A. Manual de practică. Bucuresti: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinru: USEFS, 2009. 18 p. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. Secieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iaei, 2002. 										

- Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p.
7. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
8. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с.
9. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с.
10. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
11. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
12. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf>
13. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
14. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
15. <http://sdr.lvsva.biz/page13.html>
16. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiya-dlva-prepodavatelej/128-cto-takoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
17. <https://infourok.ru/ponvatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva-1198707.html> (accesat 11.01.22)
18. <https://studfiles.net/preview/3355746/> (accesat 11.01.22)
19. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf> (accesat 11.01.22)
20. <https://mydocx.ru/11-29051.html> (accesat 12.01.22)

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Buftea Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FACULTATEA SPORT



DOMENIUL GENERAL DE STUDIU

100 ȘTIINȚE ALE SPORTULUI

PROGRAMUL DE MASTER

TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV

CICLUL II (MASTERAT), 120 ECTS

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu Planul de învățământ aprobat de MECC RM din
19.12.2019**

nr. de înregistrare ISM-01-1884



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 1							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică					
Titularul cursului		Carp Ivan, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.01	Anul	I	Semestrul	1
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- tmcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ la Specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv (120 ECTS), în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării pedagogice în domeniul teorie antrenamentului sportiv, vizînd practica investigațională și de pregătire a sportivilor.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile în cadrul</p>						

	<p>Școlii doctorale;</p> <p>c) promovarea fenomenelor epistemologice ale cercetărilor științifice în domeniul sportului și implementarea rezultatelor acestora;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la masteranzi menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul teoriei antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru teoria antrenamentului sportiv; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului Științe ale sportului pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei antrenamentului sportiv prin prisma fenomenelor epistemologice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de doctorat) în ceea ce privește cercetarea științifică în domeniul teoriei antrenamentului sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască terminologia specifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorilor care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora sportivilor; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul teoriei antrenamentului sportiv precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele științifice generale în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; * 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; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniul teoriei antrenamentului sportiv, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de pregătire a sportivilor. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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 și oferta de cercetare în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului,,

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	Lab	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Epistemologia – teoria cunoașterii științifice (ramură a metaștiinței)	12	2	2		9
	2	Domeniul cunoașterii științifice	12	2	1		9
	3	Gîndirea în activitatea de cercetare științifică	16	2	2		12
	4	Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	1		9
	5	Epistemologia cercetării științifice	12	2	1		9
	6	Epistemologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	18	3	2		14
	7	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul sportului	18	4	2		12
	8	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul teoriei antrenamentului sportiv	18	3	2		14
	9	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	24	2	2		16
		10	Deontologia cercetării științifice	8	2	1	
		Total :	150	24	16		110
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						

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	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010. 665 p.</p> <p>2. Guțu VI., Integrarea științei și învățământului superior. Concepții. Orientări. Strategii, Chișinău, CEP USM, 2007, 164 p.</p> <p>3. Budevici A., Dorgan V. Repere epistemologice moderne/-Ch.: Valinex SA, 2009. 234 P.</p> <p>Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>4. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick: Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p> <p>7. Rotariu, T., Iluț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. PLATONOV V.N. Periodizarea antrenamentului sportiv. București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0</p> <p>10. Triboi V.,Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași : PIM, 2013. 373 p.</p> <p>11. Niculescu M., Vasile N. Epistemologie. Perspectiva interdisciplinară. Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2011. 384 p.</p> <p>12. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București 2006</p> <p>13. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. 312 p.</p> <p>14. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>16. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>17. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. 544 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Carp Ivan



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.uscfs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale în domeniul de formare (E-learning)					
Titularul cursului		Timuș Maria, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.02	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	LP	LI	
		120	10	10	10	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale (E-learning), 120 ECTS în activități sportive” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul sportului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor specifice domeniului de activitate în format digital.3. Aplicarea tehnologiilor informaționale în domeniul sportului în cadrul activităților practice și implementarea lor cu succes.4. Elaborarea rapoartelor de activitate în format digital privind realizarea obiectivelor înaintate pentru implementarea tehnologiilor informaționale. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare/practicare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru</p>						

	<p>și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a tehnologiilor informaționale la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea aspectelor de implementare a tehnologiilor informaționale în activitatea practică; • Analiza digitală a activității personale prin intermediul aplicării diferitor instrumente informaționale digitale; • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerințele de pe piața muncii și competențele profesionale privind posedarea diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale; • Asigurarea unui arsenal de cunoștințe calitativ pentru activitățile cu caracter sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice diferitor programe aplicative utilizate în activitățile sportive; • Dirijarea și practicarea eficientă a tehnologiilor informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul evidențierii posedării diferitor complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale (E-learning) în activitățile sportive” (complexe de antrenament, fenomene sportive, e-learning etc.); ➤ să definească noțiunea de învățare la distanță; ➤ să cunoască sistemul de comunicare; ➤ să identifice specificul de lucru al bibliotecilor virtuale; ➤ să cunoască care este ciclul de lucru al tehnologiilor streaming; ➤ să cunoască avantajele și dezavantajele e-learning; ➤ să cunoască aspecte ale implementării campusului virtual. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să implementeze o diversitate de instrumente ale tehnologiilor informaționale în activitatea sa; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra evoluției învățământului la distanță; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele mereu în dezvoltare ale tehnologiilor informaționale moderne; ➤ să cunoască care sunt tehnologiile informaționale și de comunicare în organizarea procesului de studii; ➤ să poată găsi legăturile dintre sistemele de instruire multifuncționale multimedia;

➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Lab	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Etapile de dezvoltare a tehnologiilor informaționale	6	1	-	5
	2	Evoluția învățământului la distanță	6	1	-	5
	3	Instrumentele de bază ale învățământului la distanță	6	-	2	5
	4	Versiunile de e-learning	6	-	2	5
	5	Avantajele și dezavantajele e-learning	6	1	-	5
	6	Nivelul de implementare a campusului virtual	5	1	-	4
	7	Accesarea și administrarea platformei. Profilul user-ului, datele personale.	6	-	2	5
	8	Participanții procesului de e-learning. Caracteristicile tutoriatului.	6	1	-	5
	9	Tipuri de conferințe. Tehnologiile multimedia.	6	1	-	5
	10	Tehnologiile streaming.	6	1	-	5
	11	Bibliotecile virtuale	6	-	2	5
	12	Sistemul de comunicare. Tipurile de forumuri.	5	-	2	4
	13	Jocuri educaționale. Experimentele virtuale.	5	-	2	4
	14	Opțiunile PDF, transformarea informației.	5	-	2	4
	15	Programa Adobe Reader.	5	-	2	4
	16	Tehnologii informaționale moderne în educație fizică și sport	5	-	2	4
	17	Programe aplicative în activități sportive	5	-	2	4
	18	Tehnologii informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv	5	1	-	4
	19	Complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale	5	1	-	4
	20	Tehnologii informaționale moderne privind cercetarea științifică a fenomenelor sportive	5	1	-	4
	Total :		120	10	20	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 în cadrul organizațiilor, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universitatii Transilvania din Brașov. 2008. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătărâm, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, <i>Tehnologia informației și a comunicațiilor</i>, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, <i>ECDL Start modulele obligatorii</i>, Editura Andreco Educațional Grup, București, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-cccetare. 7. Lenuța Ursachi. Surse de informare utilizate în activitatea de cercetare. Disponibil online la 8. Watson, M. (ed.), Porumbeanu, L (trad.) (2004) <i>Managementul informației și al bibliotecilor în mileniul III</i>, Bucuresti, Editura A.B.I.R. 9. Белл Д., Грядущее постиндустриальное общество. Опыт соц. Прогнозирования. М., 2004. 10. Иконников В. Ф. Информационные технологии в индустрии туризма : учеб.-метод. пособие / В. Ф. Иконников, М. Н. Садовская. - Минск : РИПО, 2014. - 78 с. 11. Сосновский, О.А. Информационные технологии в туризме: учеб.практ. пособие / О.А. Сосновский, А.А. Федорович. – Минск: БГЭУ, 2008. – 95 с. 12. Шлыкова О.В. Феномен мультимедиа. Технология эпохи электронной культуры. Московский государственный университет культуры и искусства. – М., 2003. 267 с. 											



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii medico-biologice în sport					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu, dr. în biologie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 01 O.03	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	5	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20	10	-	90	
Nota de prezentare	<p>Un specialist modern, absolvent a Universității de Educație Fizică și Sport, în condițiile globalizării actuale, impune cunoașterea pe lângă aspectele pedagogice, sau sportive și profunzimea antrenamentului sportiv în dependență de vârstă și sex, deoarece poate preîntâmpina apariția traumatismelor elevilor în activitatea la nivel școlar sau club sportiv, iar în cazul acestor situații de a le depăși cu succes. În acest sens programa actuală a fost concepută ținând cont de abilitățile și competențele specifice activității sportive.</p> <p>Activitatea specialiștilor sportivi se desfășoară într-o echipă multidisciplinară sportivă ce utilizează raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului și eficientizarea acestora în vederea obținerii succesului de performanță.</p> <p>Disciplina ”Tehnologii medico-biologice în sport” este o disciplină complexă, cu interferență teoretică și practică. Este o disciplină contemporană, utilă masteranzilor USEFS la Programul de master Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS), ce le permite de a monitoriza organismul sportivului și a limitelor performanței umane, ambele aspecte fiind impuse de marea performanță. Tehnologiile medico-biologice se corelează cu alte discipline cum ar fi: medicina sportivă, anatomia umană;</p>						

	fiziologia umană; fiziopatologia; ergofiziologia; traumatologia; biomecanica; biochimia; igiena educației fizice; kinetoterapia.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">• Competențe profesionale:</p> <p>Conținuturile teoretice și practice ale disciplinei, vor permite masteranzilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de a optimiza antrenamentul sportiv și de a-l dirija științific; • de a efectua selecția medico-biologică primară, secundară și finală; • de a optimiza alimentația și medicația efortului sportiv; • de a efectua refacerea post- și intraefort în vederea recuperării eficiente a sportivului; • de a desfășura antrenamentele și competițiile în diferite condiții de mediu (altitudine medie, variații de fusuri orare, temperaturi ridicate sau scăzute, umiditatea relativ ridicată sau scăzută etc.). • de a realiza antrenamentele și competițiile în condițiile fair-play-ului, fără implicarea substanțelor din lista doping cu impact negativ asupra sănătății și performanței sportive; • de a reduce riscul accidentărilor în timpul procesului de instruire și pregătire, precum și în timpul competițiilor sportive; • de a acționa eficient și competent în acțiunile de prim-ajutor; • de a spori impactul benefic al sportului și culturii fizice asupra sănătății umane. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice și fiziologice ale corpului uman, • cunoștințe generale de bază, • cunoștințe de bază necesare specialității de educație fizică, • capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; • utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în antrenamentul sportiv • capacitatea de organizare și planificare a activității practice specifice • capacitatea de evaluare a informațiilor primite de la specialiști și de implimentare a acestora în dirijarea procesului de antrenament • abilități de cercetare. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului. • Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice și fiziologice) • Definirea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; • Identificarea mijloacelor de operare în investigațiile medico-sportive; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Legitățile de creștere și dezvoltare al organismului copiilor și adolescenților (periodizarea și heterocronismul procesului de dezvoltare a calităților motrice sub influența antrenamentelor, perioadele critice și senzitive, controlul genetic asupra perioadelor senzitive și	11	2		9

	critice, accelerarea epocală și individuală, caracteristica copiilor accelerați, medianți și retardanți)				
2	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă preșcolară și școlară mică (particularitățile dezvoltării și activității SNC, Activitatea nervoasă superioară, dezvoltarea sistemelor senzoriale, dezvoltarea fizică a sistemului locomotor, particularitățile sângelui, circulației sanguine și a respirației, digestia, metabolismul substanțelor și energiei, particularitățile termoreglării, excreției și activității glandelor endocrine)	11	2		9
3	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă preșcolară și școlară mică la eforturile fizice (particularitățile de dirijare a mișcărilor, particularitățile dezvoltării calităților fizice, reacțiile sistemelor vegetative și asigurarea energetică a organismului în timpul efortului, influența dezvoltării fizice sistematice asupra dezvoltării funcțiilor, asupra sănătății și capacității de lucru)	13	2	2	9
4	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă școlară medie și mare (dezvoltarea SNC, activității nervoase superioare și analizatorilor, Dezvoltarea fizică a aparatului locomotor, Particularitățile sistemelor sangvine, circulator, respirator, Particularitățile digestiei, excreției și activității nervoase endocrine, Termoreglarea și metabolismul substanțelor și energiei)	11	2		9
5	Particularitățile fiziologice al organismului copiilor de vârstă școlară medie și mare la eforturile fizice (perfecționarea reglării centrale a mișcărilor, dezvoltarea calității fizice, particularitățile energetice ale activității musculare, reacția sistemelor vegetative la acțiunea efortului fizic, influența antrenamentului sportiv asupra dezvoltării funcțiilor organismului și a dinamicii dezvoltării asupra capacității de efort, oboseala și restabilirea)	13	2	2	9
6	Particularitățile de prelucrare a informației la sportivii de diferită vârstă (importanța proceselor de prelucrare a informației pentru sport, particularitățile etative de prelucrare a informației, procesele de percepție a informației și programa realizării activității de răspuns,	11	2		9

	viteza și eficacitatea gândirii tactice)				
7	Asimetria funcțională la sportivii de diferită vârstă (asimetria motrică și particularitățile ei de vârstă, asimetriile senzoriale și psihice, profilul individual al asimetriei, determinarea asimetriei funcționale la sportivi)	11	2		9
8	Bazele fiziologice de dirijare a procesului de antrenament în conformitate cu asimetria funcțională (posibilitățile de modificare a asimetriei înnașcute sub influența antrenamentului, importanța asimetriei pentru selecția sportivă, modificările asimetriei funcționale în timpul antrenamentului ca o rezervă importantă pentru creșterea capacității de lucru fizic, participarea emisferei drepte și stângi în formarea deprinderilor motrice	13	2	2	9
9	Particularitățile fiziologice generale și de adaptare al organismului oamenilor în etate (îmbătrânirea, longevitatea vieții, adaptarea și reactivitatea organismului, teoriile îmbătrânirii, modificările etative a calităților fizice, influența eforturilor fizice asupra stării funcționale, capacității de lucru și ocrotirii sănătății)	13	2	2	9
10	Bioritmurile și acțiunea lor asupra capacității de muncă fizică (acțiunea sincronizatorilor externi și interni asupra funcțiilor organismului, tipurile individuale a bioritmurilor diurne, bioritmul fizic, emoțional și individual, ritmurile infradiene și acțiunea lor asupra sistemului cardiorespirator, endocrin și a proceselor metabolice din organism)	13	2	2	9
Total :		120	20	10	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Activitatea de curs:				
	Cursul se va desfășura într-o formă clasică de prelegeri, precum și cu prezentarea unor prelegeri asistate de calculator în programul Power-Point. Totodată, activitatea de curs va cuprinde prezentarea unor materiale video și filme documentare etc.				
	Activitatea de seminar:				
	Pregătirea în prealabil, prin studiu individual al noțiunilor predate în cadrul cursului (masterandul va reda noțiunile predate la curs; obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare)				
	Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale:				
	<ul style="list-style-type: none"> · Prezența la orele teoretice și laborator: potrivit regulamentului în vigoare; · Absențele se pot recupera doar în cursul săptămânii; - Rezolvarea contestațiilor: Reevaluarea subiectului în cadrul unui examen scris sau oral. 				
	Organizarea activității individuale ale masterandului:				
	<p>Cele mai importante activități de lucru individual solicitate de către profesor se referă la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - studierea notelor de curs, completarea și extinderea lor; - studiul cu cartea / manual / monografie/compediu /atlas; - elaborarea referatelor, lucrărilor de analiză și cercetare; - folosirea informațiilor TIC; 				

	<p>- rezolvarea de probleme (studii de caz, analize, sinteze...)</p> <p>- realizarea proiectelor individuale / de grup;</p> <p>- pregătirea către evaluările intermediare și finale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cojocari L., Crivoi A. Fiziologia etativă. CEP USM, Chișinău 2012. 2. Dragan I., Medicina sportivă, Ed. Medicală. București, 2002. 3. Dudnic E. Erhan E. Fiziologia vârstelor și activitatea motrică. USEFS, Chișinău 2019 4. Erhan E., Dudnic E. Fiziologia umană. USEFS, Chișinău 2018. 5. Godorozea M., Îndrumar pentru lucrări de laborator la medicina sportivă, INEFS, Chișinău, 2002. 6. Gorea N., Ghid medical pentru antrenori și sportivi, ed. ASEM, Chișinău, 2006, 64p. 7. Pintilei S., Medicina sportivă pentru studenți și medici, USMF, „N. Testemițeanu”, 2001. 8. Альциванович К. К., 1000+1 совет о питании при занятии спортом, Современный литератор, Минск, 2004. 9. Кулиненко О. С. Фармакология спорта, Москва, Спорт, 2015, с.176. 10. Гунина М. Л., Винничук Ю. Д., Медико-биологическое обеспечение подготовки хоккеистов, Киев 2013, 318 с. 11. Micheli L., Jenkins M., Энциклопедия спортивной медицины, Лань, Санкт-Петербург, 1997 12. Маргазин В. А., Ачкасов Е. Е., Благова Н. Н., Клинические аспекты спортивной медицины, Санкт-Петербург, Изд-во СпецЛит, 2013, 409 с. 13. Николаев Д., Руднев С., Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе., Москва, Физ. Культура, 2010, 120 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Teoria învățării acțiunilor motrice					
Titularul cursului		Danail Serghei, dr. în pedagogie, profesor universitar					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.04	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			180
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 BTCE@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	40	20	-	120	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” are un context interdisciplinar și este într-o legătură interconexă cu domeniile filozofice, sociologice, pedagogice, psihologice, medico-biologice, culturologice, etc., și prin potențialul său educațional 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 societății actuale și ulterioare.</p> <p>În context conceptual programa disciplinei „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale, care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesionale și socio-culturale în calitate de antrenori de sport, care vor oferi capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de pregătire și antrenament sportiv în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Disciplina de studii „<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>„ este parte componentă</p>						

a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul culturii fizice, în cadrul Facultății de Sport ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.

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

- să formeze un sistem de cunoștințe despre esența categoriilor învățare, instruire și educare.
- să asigure însușirea legităților didactice în sistemul instruirii acțiunilor motrice.
- să contribuie la formarea abilităților privind aplicarea teoriei actului motric în activitățile profesionale de antrenament sportiv.

Obiectivele generale ale disciplinei derivă din orientările filozofice, pedagogice, psihologice, sociologice și esența metodologiei de aplicare a contextului didactic în activitățile profesionale din domeniul sportului includ principalele categorii de competențe investigaționale ghidînd masterandul spre: valorificarea potențialului existent al sistemului educațional de sport 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 competențelor investigaționale.

În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.

Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale/științifice a specialistului în domeniul Culturii fizice.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

Programa cursului „*Teoria învățării acțiunilor motrice*” vizează finalități de studii și *competențe descriptori* de nivelul ciclului Masterat.

Competențe generale:

1. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale culturii fizice ca știință.
2. Cunoașterea bazelor medico-biologice ale activității motrice.
3. Cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării psihofizice și formării personalității.
4. Cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale dezvoltării domeniului culturii fizice în plan culturologic, istoric, economic, juridic, etc.
5. Cunoașterea didacticii a sistemelor și școlilor pedagogice ale culturii fizice.
6. Cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu.

Realizarea programelor și proiectelor de cercetare:

1. Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea personalității.
2. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activității sportive – Pregătire sportivă, Fntrenament sportiv, Învățare acțiunilor motrice.
3. Realizarea principiilor didactice în sistemul învățării acțiunilor motrice strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului instructiv-educativ.

Competențe specifice:

1. Adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice sportive în activitățile socio-profesionale.
2. Aplicarea categoriilor învățarea, instruirea și educarea în activitățile educaționale sportive.
3. Utilizarea legităților dezvoltării psihofizice în cadrul procesului de formare a personalității din cadrul pregătirii sportive.
4. Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de categoriile principale educaționale ale culturii fizice sprtive.
5. Proiectarea procesului educațional orientat spre categoriile rezultative ale învățămîntului de cultură fizică – cunoștințele, priceperile și deprinderile, calitățile, atitudinile, valorile.
6. Elaborarea proiectului de cercetare științifică orientat spre schimbarea calitativă a subiectului de abordare.

7. Determinarea etapelor de învățare a acțiunilor motrice în dependență de formarea bazei orientative a acțiunii și punctelor de sprijin de bază.

8. Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea realizărilor inovatorii din domeniul concepțiilor ce țin de legitățile învățării acțiunilor motrice.

9. Posedarea principiilor și metodelor de învățare a acțiunii motrice în desfășurarea activităților instructiv-educative în cadrul antrenamentelor sportive.

În cadrul conținutului educațional al disciplinei „*Teoria învățării acțiunilor motrice*” se oferă căile de formare la studenți a competențelor profesionale pedagogice de bază, care constituie structura funcțională a activității pedagogice a antrenorului.

1. Componenta/competența diagnostică – competențele pedagogice de cunoaștere orientate spre posedarea activităților de autoinstruire - autoperfecționare prin sistemul de sarcini ale activității instructive independente: lecții-seminare și de laborator, ce vizează practicarea cunoștințelor la nivelul conștientizat, fiind baza științifico-metodică pentru activitățile de auto-perfecționare orientată.

2. Componenta/competența de proiectare - competențele pedagogice orientate spre însușirea activităților de planificare-proiectare în cadrul procesului instructiv-educativ al educației fizice din sistemul de învățământ, de antrenament sportiv și din procesul formativ al culturii fizice sportive cu caracter recreativ și de recuperare prin lecții - seminare, de laborator: ce vizează realizarea proiectelor de planificare, proiectelor - fragmente cu anumite sarcini pedagogice.

3. Componenta/competența constructivă - competențele pedagogice orientate spre elaborarea conținuturilor didactice din cadrul lecțiilor și activităților educative-formative în corespundere cu situațiile pedagogice și formele organizatorice ale procesului instructiv-educativ și formativ. Elaborarea metodologiei respective din cadrul activității predare-instruire prin diverse mijloace ale culturii fizice sportive.

4. Componenta/competența organizatorică - competențele pedagogice de organizare a procesului instructiv-educativ de educație fizică, antrenamentului sportiv și din procesul formativ al culturii fizice recreative și de recuperare prin modelarea activităților în cadrul lecțiilor practice și de laborator.

5. Componenta/competența comunicativă - competențele pedagogice de comunicare la nivelul lingvodidactic profesional, orientate spre prezentarea materiei didactice și formarea relațiilor comunicative cu elevii și societatea, spre intermedierea diferitor situații pedagogice educaționale (lecții metodice, seminare).

6. Componenta/competența motrică - competențele pedagogice de predare, reproducere și producere teoretică și practică a structurii biomecanice - didactice a exercițiilor analitice, construirea lor în sisteme operaționale, orientate spre formarea calităților fizice, priceperilor psihomotrice și aptitudinilor psihosociale. Formarea priceperilor componenteii activității pedagogice motrice se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, metodice și de laborator.

În afară de aceasta, se aplică metodologia modulară și de standardizare în elaborarea conținuturilor educaționale, care vizează sistemul nivelor competențional în formarea contextului acmeologic al activității profesionale a specialistului:

1. *Competența conceptuală (cunoașterea bazei conținutului).*
2. *Competența instrumentală (posedarea tehnologiilor de operaționalizare).*
3. *Competența integrativă (abilitatea de a implementa cunoștințele).*
4. *Competența contextuală (priceperi și deprinderi de a realiza activitățile în contextul condițiilor reale).*
5. *Competența adaptivă (abilități de anticipare, de prognozare și de programare).*

Trecerea la acest sistem va contribui la sporirea nivelului procesului de predare instruire, la concretizarea obiectivelor cadru și de referință și ca urmare aceasta se va reflecta asupra reușitei studenților.

Finalități și performanțe la curs/modul	<p>Conținuturile educaționale ale programei vizează următoarele <i>finalități</i>:</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. - Cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul educației fizice, sportului, recreației și recuperării. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 fizice recreative și de recuperare în cadrul instituțiilor similare de profil. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare și de prezentare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor și tehnologiilor informaționale moderne. - Aptitudini și competențe în metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul de formare profesională ”<i>Sport</i>”. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	Total	Curs	Seminar	LI		
	1	Disciplina ”Teoria învățării acțiunilor motrice”ca obiect de abordare științifică și de studiu.	22	6	2	16
	2	Bazele metodologice ale teoriei învățării-instruirii-educării acțiunii motrice	20	6	2	16
	3	Mecanismele fiziologice în formarea acțiunii motrice - ”pricepere”, ”deprindere”, ”stereotipul dinamic”, ”automatism”.	17	4	1	16
	4	Contextul psihologo-pedagogic al procesului de însușire a acțiunii motrice.	21	6	3	16
	5	Tehnica exercițiului fizic ca subiect de învățare și obiect de instruire integrate prin educare.	20	6	4	16
	6	Conceptul teoretico-analitic al fenomenului de transfer a uneia activități în alta ca baza instruirii pentru însușirea sarcinii motrice.	19	4	3	16
	7	Metodologia abordării științifice în cadrul teoriei activităților motrice.	19	4	3	16
	8	Activitatea profesională didactică a specialistului în domeniul educațional al activității motrice.	12	4	2	8
Total :	150	40	20	120		
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale programei la disciplina ”<i>Teoria învățării acțiunilor motrice</i>” 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 cunoașterea diverselor aspecte ale didacticii acțiunii motrice în general și special educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Masteranzii vor fi motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze competențe gnostice, operaționale și valorico-</p>					

atitudinale la nivelul calității integrative.

Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul didacticii acțiunii motrice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integrative, precum:

- elaborarea și prezentarea *comunicărilor orale scrise* cu conținut de cercetare referitor la un fenomen/temă specifică educației fizice;
- elaborarea *comunicărilor științifice* bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică.
- elaborarea unor *miniproiecte* de cercetare privind perfecționarea și valorificarea sistemului de educație fizică în conformitate cu direcțiile prioritate ale catedrelor USEFS;
- organizarea și participarea la *discuții, mese rotunde sau conferințe* cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul culturii fizice;
- participarea la *acțiuni de voluntariat* în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS.

Conținutul curricular actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: *profesor și masterand*. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, analiza critică a fenomenelor culturii fizice, dezbateră argumentată, jocul de rol, proiectul etc. *Profesorul* va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea doctoranzilor pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu masteranzii în realizarea demersului didactic.

Masteranzii se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.

Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele specifice teoriei și metodicii culturii fizice studiate să fie cît mai accesibile studenților.

În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza următoarele metode de predare: expunerii didactice (prin sistemul integrativ de lecții), analizei și sintezei, observării, algoritmizării, instruirii problematizate, modelării didactice, instruirii programate, învățării prin descoperire, instruirii diferențiate, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup etc . Metodele de învățămînt se aplică cu ajutorul diferitor mijloace: aparate de măsurat, inventar sportiv, calculatoare, filme, casete, resurse mass-media etc.

Sugestiile metodologice sunt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor – student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a procesului de instruire cu elemente de cercetare.

Strategii de evaluare

Criteriul fundamental de evaluare a rezultatelor însușirii conținutului disciplinei *”Teoria învățării acțiunilor motrice”* îl constituie nivelul de realizare a obiectivelor generale și de referință în conformitate cu particularitățile individuale și nivelul de însușire a cunoștințelor 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 cărui se verifică și se evaluează nivelul asimilării cunoștințelor și a capacităților de a opera cu ele;
- *evaluarea competențelor operaționale* - de a desfășura diverse activități cu elemente de cercetare/creație în cadrul procesului instructiv – educativ și stagiilor de practică.

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, 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 învățământ. – București: Didactica și Pedagogica, 1986.
2. Baciuc C. Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor. – București: Sport-Turism, 1977.
3. Demeter A. Bazele fiziologice și biochimice ale formării deprinderilor motrice. – București: Sport-Turism, 1982.
4. Dragnea A. Teoria activităților motrice. – București, 1999.
5. Epuran M. Psihologia educației fizice. - București: Sport Turism, 1976.
6. Epuran M. Învățarea motrică. - Oradea: Editura Universității, 2007.
7. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005.
8. Papuc L. Epistemologia și praxiologia curriculumului pedagogic universitar. Studiu monografic. Chișinău: FEP „Tipografia Centrală”, 2005.
9. Rubinstein S.L. Problema aptitudinilor și problemele teoretice ale psihologiei. // Anale româno-sovietice / Revista de pedagogie-psihologie. - București: 1961.
10. Vîgotski L.S. Opere psihologice alese. În 2 vol. - București: Științifică, 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.

- | |
|---|
| <p>20. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. – М., 1979.</p> <p>21. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности – М.: Медицина, 1966.</p> <p>22. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>23. Зимкин Н.В. Двигательный навык. – М., 1970.</p> <p>24. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М.: ИПЛ, 1977.</p> <p>25. Мазниченко В.Д. Двигательные навыки в спорте. – Малаховка: МОГИФК, 1981.</p> <p>26. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008.</p> <p>27. Управление движениями / Под ред. А.А. Митькин, Г. Пик. – М.: Наука, 1990.</p> |
|---|

Data completării: 01.09.2021

Danail Serghei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Psihologia sportului de performanță					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 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 (S – componenta de orientare spre o 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.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia sportului de performanță” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. 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 <i>Tehnologia antrenamentului sportiv (120 ECTS)</i>, <i>Master în Științe ale sportului</i> pentru calificarea și pregătirea teoretico–practică a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiile didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Psihologia sportului de performanță” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a</p>						

	<p>transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina „Psihologia sportului de performanță” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a catedrei și are menirea să-și aducă contribuții specifice la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale și transdisciplinare</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.</p> <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.</p> <p>3. Competențe acțional-strategice Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant.</p> <p>4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale.</p> <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.</p> <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.</p> <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.</p> <p>8. Competențe antreprenoriale Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu; ➤ să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; ➤ să posede definiții și semnificații a termenilor specifici domeniului; ➤ să posede metode de investigare specifice domeniului; ➤ să identifice problematica psihologiei educației fizice și sportului; ➤ să cunoască soluțiile privind promovarea psihologiei educației fizice și sportului în domeniu. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze conceptele fundamentale din domeniu; ➤ să posede diferite maniere de argumentarea a propriei viziuni; ➤ să-și expună părerea personală referitor la ideile sau ipotezele formulate într-o dezbateră; ➤ să fie capabili de a efectua cercetări psihologice în domeniul educației fizice și sportului; ➤ să aplice cunoștințe, capacități acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să demonstreze capacități de comunicare și de dezbateră a subiectelor;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să aplice principiile gândirii critice și divergente într-o discuție despre psihologia educației fizice și sportului; ➤ să justifice universul valoric personal și armonizarea acestuia cu valorile sportului; ➤ să-și dezvolte capacitatea de activitate individuală într-un sistem de activitate sportivă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Psihologia educației fizice și sportului în contextul științelor educației	10	2	1	7
	2	Categoriile sau domeniile psihologiei educației fizice și sportului. Tendințele dezvoltării psihologiei educației fizice și sportului	10	4	2	4
	3	Clasificarea sporturilor din punct de vedere psihologic. Psihologia performanței sportive. Conceptul de performanță. Factorii performanței sportive	20	2	1	17
	4	Reacțiile sportivului la solicitări: adaptare, efort, voluntar, stres	20	2	1	17
	5	Definiția concursului. Psihosociologia competiției. Stările emoționale ale sportivilor în concurs. Anxietatea competițională. Reglarea voluntară a comportamentului în concurs	20	4	2	14
	6	Pregătirea psihică: strategii, etape, componente, conținut. Proiectarea pregătirii psihice	10	2	1	7
	7	Tehnologii de pregătire psihică în educația fizică și sport	10	2	1	7
	8	Psihologia pregătirii prin factorii antrenamentului	10	2	1	7
	9	Selecția psihologică în sport.	10	2	1	7
	10	Caracteristica psihologică a grupului sportiv. Dinamica și coeziunea grupului sportiv. Psihologia liderului sportive.	20	2	2	16
11	Strategii de asistență și consiliere psihologică în educația fizică și sport	10	2	1	7	
Total :			150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>13.Epuran M., Modelarea conduitei sportive, București, Sport – Turism,1990.</p> <p>14.Epuran M., Psihologia educației fizice și sportului, București, Sport - Turism, 2011.Holdevici I., Psihologia succesului. București, Edit. Ceres, 2003.</p> <p>15.Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001.</p> <p>16.Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972.</p> <p>17.Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015</p> <p>18.Goncearuc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015.</p> <p>19.Goncearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS.</p> <p>20.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</p> <p>21.Goncearuc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.</p> <p>22.Goncearuc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015.</p> <p>23.Goncearuc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014.</p> <p>24.Goncearuc Sv., Leșcu Ar. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii</p>	

- | | |
|--|---|
| | <p>25. Goncearuc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014</p> <p>26. Goncearuc Sv., Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, materialele Conferinței științifice internaționale 6 decembrie 2019, Ediția V, Chișinău.</p> <p>27. Guțu VI. Pedagogie. Chișinău: CEP USM, 2013.</p> <p>28. Holdevici I., Vasilescu P., Activitatea sportivă. Decizie, autoreglare, performanță, București, ed. Sport-Turism 2008.</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Goncearuc Svetlana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și metodică jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” (120 ECTS) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și</p>						

	<p>profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului ”Tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă”; • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu pregătirea fizică; • Abilități de prezentare a anumitor obiective specific activității de antrenorat; • Cunoștințe legate de calitățile motrice în antrenamentul sportiv; • Insușirea diferitelor mijloace și metode de dezvoltare a calităților motrice în antrenamentul sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia pregătirii fizice în proba sportivă aleasă. • Cunoașterea metodelor de lucru in domeniul elaborării unui plan de antrenament legat de pregătirea fizică. • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații parteneriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare în practica antrenamentului sportive
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de AS; -să prezinte specificul activității de dezvoltare a calităților motrice; -să prezinte argumentarea biologică a programarii efortului in antrenament; -să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică; -să elaboreze un plan de dezvoltare a calităților motrice; - să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament; <p>competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice a AS; - să identifice și să prezinte elementele definatorii și direcțiile pregătirii fizice ale AS contemporan; - să identifice care este componenta științifică a pregătirii fizice a AS; - să definească și să înțeleagă conceptele de planificare a pregătirii fizice a AS; -să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă; - să cunoască, să aplice planificarea curentă; - să cunoască să aplice planificarea de etapă; - să cunoască să aplice planificarea operativă;

- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	Curs	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul de studiu al disciplinei scurtă schița bibliografică	10	8	2	10
	2	Pregătirea fizică – factor al antrenamentului sportiv	10	8	2	10
	3	Dezvoltarea vitezei metodica dezvoltării vitezei metoda repetării mijloacele dezvoltării vitezei	10	8	2	10
	4	Dezvoltarea îndemnării metodica dezvoltării îndemnării procedee metodice ale dezvoltării îndemnării	10	8	2	10
	5	Dezvoltarea rezistenței metodica eforturilor uniforme metodica eforturilor variabile antrenamentul cu intervale filiera acidului lactic filiera aerobică intervalul de odihnă debitul cardiac	10	8	2	10
	6	Programe de antrenament cu intervale (pregătirea atletică)	10	8	2	6
	7	Programul precompetițional	10	8	2	4
	8	Dezvoltarea forței metodica dezvoltării forței procedeul de circuit procedeul body-buiding procedeul power-training	10	8	2	10
	9	Dezvoltarea mobilității - metodica dezvoltării mobilității	10	8	2	6
	10	Stretchingul - metodica utilizării în jocurile sportive	10	8	2	4
	Total :			180	80	20
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>1. Strategia didactică la disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”; se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>2. Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice. Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodică-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>3. Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea,</p>					

	<p>asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p>4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual. • Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand. <p>5. Realizarea interdisciplinarității.</p> <p>În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p>6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Triboi Vasile. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Ch.: Tipografia U.S.E.F.S., 2009. 364 p.</p> <p>2. Иванков Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. – М.: «ИНСАН», 2005. 368 с.</p> <p>3. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.</p> <p>4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с.</p> <p>5. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки Учеб.пособие для институтов физической культуры. М., «Физкультура и спорт», 1977. 271 с.</p>	

6. Mocrousov, E. Theoretical Aspects of the Athletic for High-Skilled Players Development as Exemplified by Table Tennis. Journal of Sport Sciences Researches. <http://dergipark.gov.tr/jssr>. Volume 3, Issue 2. December 2018. Manisa. Turkey. p. 244-251. ISSN: 2548-0723. DOI:10.25307/jssr.457570.
7. Mocrousov, E. Method of application of a large number of balls, as an effective factor for long-term training of highly qualified table tennis athletes. Conference Volume of International Scientific Conference "Youth in the perspective of the Olympic movement". 08-09 March 2019. Braşov, România, p. 16-17. ISSN 2359-8859.
8. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
9. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
10. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: «Физкультура и спорт», 1986. 286 с. Платонов В.Н. Теория спорта. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1987. 424 с.
11. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. К.: Вища шк. Головное изд-во, 1984. 352 с.
12. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 272 с.
13. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424с.
14. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с.
15. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с.

Data completării: 01.09.2021

Tăbîrța Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul disciplinei	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr.credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	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.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	LP	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare		<p>Formarea specialiștilor la programul Tehnologia antrenamentului sportiv este argumentată de cererea crescută a acestora pe piața muncii, atât pentru pregătirea rezervelor olimpice, precum și în domeniul sportului pentru toți și al celui adaptiv.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul general de studiu <i>100 Științe ale sportului</i>, în cadrul Facultății Sport al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea fișei disciplinei din învățământul superior pentru ciclul II prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile fișei disciplinei/curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza</p>					

planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice.

Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ: Acest proces organizat în cadrul disciplinei: Tehnologia pregătirii fizice în ramura sportivă aleasă are drept scop perfecționarea și modernizarea strategiilor eficiente a situațiilor critice de angajări competiționale, dobândirea aptitudinilor de acțiuni tehnice realizează prin instruire și antrenament, prin practicarea procedeelor de luptă, demonstrarea corectă a procedeelor, unde evidențiază următoarele capacități: curaj, îndrăzneală, inițiativă, rezistență, dorință, echilibru fizic și psihic.

- obiectivele generale ale învățământului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a antretului sportiv, de a fi capabili de a utiliza exercițiile fizice, procedeele tehnice din probele sportive individuale în cadrul activităților desfășurate;

- obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul "Formarea specialiștilor antrenori" prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea principiilor antrenamentului sportiv, factorilor antrenamentului sportiv, conceptele de pregătire fizică în proba sportivă aleasă, care va asigura buna desfășurare a diferitelor forme de lecții de antrenament;

- obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.

În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.

Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.

Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.

În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I, sem. I, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

- Cunoașterea terminologiei specifice, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale și care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora altora; capacitatea de a folosi logic și justificat abilitățile de vorbire în public, pentru a purta discuții și de a aplica mijloacele lingvistice pentru a atinge obiectivele de comunicare în procesul realizării activității profesionale; cunoașterea tehnologiilor de comunicare orală și scrisă, în limbi diferite, în sfera profesională.

Componente psihomotorii:

- Educația memoriei operative sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală).
- Formarea deprinderilor de a demonstra exerciții fizice în RSA.
- Formarea priceperilor de a planifica procesul de pregătire fizică în RSA.
- Formarea deprinderilor profesional-pedagogice de bază pentru

	<p>desfășurarea lecției de antrenament.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea priceperilor de elaborare a complexelor de exerciții pentru dezvoltarea calităților fizice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor de antrenament sportiv în RSA; • Aplicarea exercițiilor speciale pentru formarea acțiunilor tehnice în corespundere cu specificul probei sportive; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască noțiuni de bază de pregătire fizică, calitățile fizice. ▪ Să posede cunoștințe practice în elaborarea programului de dezvoltarea fizic. ▪ Să cunoască bine denumirea calităților fizice; ▪ Să posede cunoștințe practice în desfășurarea pregătirii fizice; ▪ Să definească noțiunile principale ale pregătirii fizice; ▪ Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice calităților motrice. ▪ Să identifice exercițiile generale și speciale; ▪ Să caracterizeze formele de pregătire fizică; ▪ Să determine greșelile frecvente întâlnite prin efectuarea exercițiilor speciale pentru formarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire fizică a sportivului ce practică una din proba sporturilor alese. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine exercițiile generale și speciale în proba sportivă aleasă; ▪ Explicarea și interpretare unui exercițiu special precum și a particularitatea lui în proba sportivă aleasă; ▪ Să elaboreze un plan de pregătire fizică a unui sportiv ce practică unul din sporturile alese; ▪ Să analizeze și să explice pregătirea fizică individuală pentru sportivi de performanță; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul procesului de antrenament. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să explice esența și structura pregătirii fizice în procesul de pregătire multianual la băieți și fete; ▪ Să îmbine pregătirea fizică generală și specială în procesul de pregătire; ▪ Să respecte criteriile antrenamentului sportiv în PSA. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Factorii antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	8	2	2	6
	2	Obiectivele pregătirii fizice în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	3	Pregătirea fizică generală în proba sportivă aleasă.	8	2	2	8
	4	Pregătirea fizică specială în proba sportivă aleasă.	8	2	2	8
	5	Calități motrice. Principalele calități motrice în proba sportivă aleasă.	10	2	6	8

	6	Teoria și metodică dezvoltării forței proba sportivă aleasă.	16	2	10	8
	7	Teoria și metodică dezvoltării vitezei proba sportivă aleasă.	16	2	10	6
	8	Teoria și metodică dezvoltării rezistenței proba sportivă aleasă.	16	2	10	6
	9	Teoria și metodică dezvoltării îndemânării.	16	2	10	6
	10	Teoria și metodică dezvoltării mobilității.	16	2	10	6
	11	Criteriile de apreciere a nivelului pregătirii fizice a sportivilor din diverse probe de luptă.	12		8	6
	12	Eforturile de antrenament fizic și efectele lor.	14		8	6
		Total :	180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina: „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă”, constă în structurarea judicioasă și justificată a obiectivelor și a conținuturilor didactice, care asigură valorificarea potențialului educativ, asanativ, cognitiv, formativ al pregătirii fizice – mijloc eficient în educarea multilaterală a personalității.</p> <p>Baza conținutului specific al antrenamentului o reprezintă pregătirea fizică a sportivilor. După orientarea sa concretă, acesta este un proces de educare a aptitudinilor fizice necesare în activitatea sportivă (atât a celor ce se manifestă nemijlocit în proba de sport aleasă, cât și a celor ce contribuie la perfecționarea în această probă).</p> <p>În același timp, pregătirea fizică a sportivilor este indisolubil legată de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ creșterea nivelului general al posibilităților funcționale ale organismului; ➤ dezvoltarea fizică multilaterală; ➤ de întărirea sănătății etc. <p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a problemelor numite abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au</p>					

	<p>fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilire a note ifinale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare a curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
<p>Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): Evaluarea studenților se vafa ceînfuncție de nivelul cunoștințe lor acumulate, defelul cum le-ai acumulat (altfel spus, dacă au citit bibliografia aferentă cursului) Sau rezumat nu mai la notele de cursși la cea ce aure ținut la seminar) și demaniera de prezentarea a cestora, de cunoaștere a bibliografiei problemei.</p>	<p>Cerințe maxi mede promovare (pentru nota10): Studenții trebuie să facă dovada căștiusă stabileas cău npogram de lecție, antrenament corect în concordanță cu particularitățile disciplinelor sportive și căpotîntocmi un referat științific.</p>	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. ArdeleanuT. Particularitățile dezvoltării calităților motrice, I.E.F.S, București, 1982. 2. Ballery L., Pregătirea fizică în lupte, Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1975, p.66-69. 3. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trânta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p. 4. Butenko B.I., Sicev I.Z., Despre dezvoltarea vitezei la luptătorii juniori, în Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1973, Vol.I., p.71-84. 5. Cârstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii, A.N.E.F.S., București, 1996. 6. CârsteaGh.,Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă școlară, EdituraUniversul,București,1993. 7. CârsteaGh.,Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Universul,București,1993. 8. CârsteaGh.,Teoria și metodică educației fizice și sportului, Notedecurs, Editura Universul, București,1991. 9. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere și greco-romane. Curs de bază. Chișinău-2016, 160 pag. 10. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane, instruirea juniorilor, Editura Sport-Turism, București, 1981. 11. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane. Elemente de teorie și metodică de antrenament, Editura Sport-Turism,București, 1987. 12. Cișmaș Gh. Lupte libere-Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București,1996. 13. Cișmaș Gh. Tehnica luptelor greco-romane, Editura Sport-Turism, București,1988. 14. Cotorcea A., Polevaia-Secărianu A., Rolul combinării optimale a 	

mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor., Chișinău 2013 p.162-167

15. Dragnea A. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS, București, 1991.

16. Manolachi V. Sporturi de luptă-Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo), INEFS, Chișinău, 2003.

17. Petrov R., *Lupte libere*, Editura Stadion, București, 1973

18. Postolachi A., Grosu V., Gîlcă M. Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la Campionatele Naționale și Cam-le Mondiale Universitare. Chișinău, IRIM 2019, pag..96

19. Șiclovan I. Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Sport-Turism, București, 1982.

20. Triboi V. Teoria și metodică antrenamentului sportiv . Curs Universitar . Chișinău , Editura USEFS , 2010 .

21. Triboi V., Teoria educației fizice și sportului. Chișinău-2014, 200 pag.

22. Боярина Г. П. Верховая езда. Практические советы начинающих конников. Мн.: МПКФ, 1992. 32 с

23. Бусуйок С.Л. Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).

24. Деркаченко, И.В. Планирование тренировочного процесса с применением средств и методов легкой атлетики для развития специальных качеств у кикбоксеров – универсалов: Монография / И.В. Деркаченко – Тирасполь: ПГУ, 2021 – 160 р.

25. Диллон Джейн Маршалл. Конный спорт техника и стиль прыжка. Практическое руководство. Аквариум ЛТД. 158 с.

26. Дитце С.Р. Равновесие в движении. Посадка всадника / С.Р. Дитце. М.: «Московский конный спорт инвалидов», 2001. 203с.

27. Заяшников, С.И. Тайский бокс/С.И. Заяшников.-Москва:Терра Спорт, 2002. 166 с. Текст: непосредственный.

28. Иванов, А.Д. Кикбоксинг/ А.Д. Иванов. Киев: Перун, 1995. 312 с. Текст: непосредственный.

29. Михайлова Т. Школа верховой езды для начинающих. 2010. 125 с.

30. Козлов М., Шингалов В.А., Абдряев М.Р., Головачева Я.А. Спортивное коневодство 2013. 131 с.

31. Молокович Г.А. Структура и содержание специальной двигательной подготовки конников / Г. А. Молокович. - М.: «БГОИФК», 1990. 23с.

32. Мясоедова И. Е. Начальная подготовка всадника / И.Е. Мясоедова. М.: «Мгафк», 2011. 63с.

33. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: *Știința culturii fizice*. 2011, nr. 7/1, С. 57-60.

34. Уоллес Д.Ж. Обучение детей верховой езде / Д.Ж. Уоллес. М.: «АКВАРИУМ БУК», 2003, 176 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri, dr. în pedagogie, lect. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- natacie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la înot. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologiei pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și înotătorii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la înot în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice a înotătorilor la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivilor înotători la diferite etape multianuale a procesului de antrenament; • să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la înot la diferite etape multianuale de pregătire; • să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenamentul multianual la înot. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament; • însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a înotătorilor;

- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a înotătorilor;
 - însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor înotători la diferite etape multianuale de pregătire;
 - planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
 - baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii înotătorilor;
 - baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii înotătorilor.
- La nivel de integrare:**
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a înotătorilor la etapa inițială;
 - să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa de avansați (pregătirii specializate);
 - să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa perfecționării măiestriei sportive;
 - să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a înotătorilor la etapa pregătirii sportive superioare;
 - să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
 - să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la înot.	18	2	8	8
	2.	Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la înot.	18	2	8	8
	3.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la înot (pregătirii specializate).	18	2	8	8
	4.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor înotători la etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
	5.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor înotători la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
	6.	Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la înot.	18	2	8	8
	7.	Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metoda educării și mijloacele pregătirii la înot.	18	2	8	8
	8.	Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității la înot.	18	2	8	8
	9.	Rezistența. Forme de manifestare. Metodica și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la înot.	18	2	8	8
	10.	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la înot.	18	2	8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea</p>					

	didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe N. Antrenamentul sportive modern. București: 1993. 53 p. Caunsilmen D. E. Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. Dragnea A., Teodorescu S. Teoria sportului. București: 2002. 609p. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 15 9p. Șalgău S. Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки пловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3. Булатова М.И. Теоретико-методологические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. д-ра пед. наук. - К: 1996. 50с. Булгакова Н. Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. М., 1976. 64 с. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. 176с. Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажерных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. -М., 1978. 21с. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСИТ. 2005. 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092 	

- 13.Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
- 14.Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983
- 15.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320 с.
- 16.Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
- 17.Платонов В.Н. –Плавание. Киев: Олимпийская литература, 2000.
- 18.Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. 807 с.
- 19.Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012.
- 20.Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич. пособие). - М.: "Симилия", 2006. 132 с. ISBN 5-86731-035-3.
- 21.Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.

Data completării: 01.09.2021

Scortenschi Dmitri



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80	-	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă (gimnastica ritmică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, la Programul de master <i>Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS)</i>, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologiei pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și sportivii la gimnastica ritmică de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la gimnastica ritmică în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice al gimnastelor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale a procesului de antrenament; • să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale de pregătire; • să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenamentul multianual la gimnastica ritmică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a gimnastelor;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a gimnastelor;
- însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor la gimnastica ritmică la diferite etape multianuale de pregătire;
- planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
- baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii gimnastelor;
- baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii gimnastelor.

La nivel de integrare:

- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a gimnastelor la etapa inițială;
- să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa de avansați (pregătirii specializate);
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a gimnastelor la etapa pregătirii sportive superioare;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	2.	Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	3.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la gimnastica ritmică (pregătirii specializate).	18	2	8	8
	4.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
	5.	Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica ritmică la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
	6.	Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	7.	Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metodică educării și mijloacele pregătirii la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	8.	Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	9.	Rezistența. Forme de manifestare. Metodică și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
	10.	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la gimnastica ritmică.	18	2	8	8
Total :			180	20	80	80

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с. 4. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 7. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 8. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFPSPA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O.06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	80		80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul general de studiu <i>100 Științe ale sportului</i>, la Programul de master <i>Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS)</i>, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual.</p> <p>Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor pregătirii fizice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnologiei pregătirii fizice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p> <p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în</p>						

	<p>considerare tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” (gimnastica artistică) este planificată în an I, sem. 1, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica artistică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea teoriei și metodicii pregătirii fizice aplicate de antrenorii și sportivii la gimnastica artistică de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente ale pregătirii fizice pe vârste, care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei procesului multianual de pregătire fizică la gimnastica artistică în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză, rezistență, coordonare, suplețe etc. în procesul realizării antrenamentelor; • respectarea cu strictețe a perioadelor senzitive privind dezvoltarea calităților fizice; • identificarea părților prioritare și a celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere psiho-motric pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul antrenamentelor și competițiilor, elaborând astfel variante mai eficiente ale antrenamentelor. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica artistică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul tehnologiei pregătirii fizice al gimnastelor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv; • să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul pregătirii fizice a sportivilor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale a procesului de antrenament; • să definească metodologia de desfășurare a procesului de antrenament la gimnastica artistică la diferite etape multianuale de pregătire; • să distingă formele specifice de planificare și control asupra pregătirii fizice în cadrul procesului de antrenamentul multianual la gimnastica artistică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- conținutul tehnologiei pedagogice și tehnicii pedagogice în procesul de antrenament;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice generale a sportivilor la gimnastica artistică;
- însușirea și aplicarea elementelor pregătirii fizice speciale a sportivilor la gimnastica artistică;
- însușirea conținutului, obiectivelor și metodelor pregătirii fizice multilaterale a sportivilor la gimnastica artistică la diferite etape multianuale de pregătire;
- planificarea, evidența și controlul pregătirii fizice;
- baremul de teste de pregătire fizică generală la diverse etape multianuale a pregătirii sportivilor la gimnastica artistică;
- baremul de teste de pregătire fizică specială la diverse etape multianuale a pregătirii sportivilor la gimnastica artistică;

La nivel de integrare:

- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice a sportivilor la gimnastica artistică la etapa inițială;
- să elaboreze și să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa de avansați (pregătiri specializate);
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să modeleze conținutul tehnologiei pregătirii fizice generale și speciale a sportivilor la gimnastica artistică la etapa pregătirii sportive superioare;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice generale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive;
- să elaboreze baremul de teste de evaluare și control a pregătirii fizice speciale la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		Tehnologia pregătirii fizice la diferite etape multianuale a antrenamentului sportiv la gimnastica artistică.	18	2	8	8
		Tehnologia pregătirii fizice la etapa inițială de pregătire sportivă la gimnastica artistică.	18	2	8	8
		Tehnologia pregătirii fizice a sportivilor la etapa de avansați la gimnastica artistică (pregătiri specializate).	18	2	8	8
		Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica artistică la etapa perfecționării măiestriei sportive.	18	2	8	8
		Tehnologia pregătirii fizice a sportivelor la gimnastica artistică la etapa măiestriei sportive superioare.	18	2	8	8
		Conținutul planificării, evidenței și controlului asupra pregătirii fizice în antrenamentul sportiv la diverse etape multianuale de pregătire la gimnastica artistică.	18	2	8	8
		Calitățile de forță și viteză. Caracteristici, metodica educării și mijloacele pregătirii la gimnastica artistică.	18	2	8	8
		Mobilitatea - suplețea. Antrenarea mobilității la gimnastica artistică.	18	2	8	8

	Rezistența. Forme de manifestare. Metodica și mijloacele de educare și perfecționare a rezistenței la gimnastica artistică.	18	2	8	8
	Calitățile funcționale ale sportivilor. Metode și mijloace de antrenament la gimnastica artistică.	18	2	8	8
Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>				
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	<ol style="list-style-type: none"> Băieșu N.Gh. Principiile fiziologice ale antrenamentului sportiv. Cap.V. În: Gimnastica. București: Stadion, 1972, p.417-433. Grimalschi T. Principiile didactice ale procesului de învățare a exercițiilor de gimnastică. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p.25-48. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315. Grimalschi T. Taxonomia principiilor antrenamentului specific gimnasticii artistice. În: Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastică. Chișinău: Foxtrot, 2021, Cap.2. pp.43-92. Potop V. Principiile antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. În: Gimnastica artistică feminină. Cap.3.2. București: Bren.2018, p.26-28. ISBN 978-973-648-752-1. 				

6. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.
7. Triboi V., Păcureanu A. Principiile generale și speciale ale antrenamentului sportiv. În: Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013. Cap.2.2. p.92. Cap. 2.3., p. 107.
8. Матвеев Л.П. Общие и специальные принципы, реализуемые в спортивной тренировке. Москва: Физкультура и спорт, 1977, с. 62-86.
9. Спортивная гимнастика. Учебник для институтов физической культуры. Принципы тренировки. Под ред. Ю.К. Габердовского и В.М. Смолевского. Москва: Физкультура и спорт, 1979, с.200-205.Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică.
10. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки.
11. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315.
12. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.
13. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă * TPFP SA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (<i>M-master</i>)	M	Codul cursului	S 01 O. 06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	90	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (<i>C-curs, S-seminar, LP-lucrări practice, LI - lucrul individual</i>)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L	LI	
		180	20	6	74	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” (TPFP SA, atletism) prevede însușirea materialului de studiu sub diferite forme de instruire: teoretică (80 de ore), practică (74 de ore), seminar (6 de ore). Modulul „TPFP SA” prevede în total 180 de ore, dintre care 100 de ore contact direct și 80 de ore studio individual.</p> <p>Obiectivele de bază ale disciplinei sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">- familiarizarea cu variantele de bază ale tehnologiei alcătuirii procesului de pregătire fizică a sportivilor-atleți de mare performanță și formarea la aceștia a cunoștințelor și deprinderilor de aplicare a acestora în procesul de antrenament al atleților de diferite specializări;- însușirea programării conținutului și formelor de organizare a procesului de pregătire fizică a atleților de diferite specializări într-un macrociclu anual de antrenament;- determinarea strategiei generale de alcătuire a procesului de pregătire fizică într-un ciclu anual de antrenament și a variantelor tactice posibile în această perioadă;- formarea deprinderilor de realizare în practică a sarcinilor pregătirii fizice a atleților în cicluri de antrenament de durată diferită;- elaborarea complexelor de sarcini motrice, direcționate spre dezvoltarea și perfecționarea unor sau altor calități motrice. <p>Evaluarea cunoștințelor se va realiza în cadrul seminarelor la temele teoretice și, de asemenea, în baza rezultatelor elaborării modelelor programelor pregătirii fizice și aprobarea lor la orele practice.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să programeze conținutul și formele de organizare a eforturilor de antrenament în cicluri de instruire cu durată diferită; • să dozeze eforturile de antrenament, ținând cont de vârstă și de sex, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrică și sportivă, precum și de starea de sănătate; • să aplice diverse tehnologii pentru dezvoltarea calităților fizice; • să efectueze corecții operaționale ale parametrilor eforturilor de antrenament • se efectuează PF ținând cont de cerințele activității competiționale • să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.); • să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-sustinere..</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască tehnologiile de dezvoltare a abilităților motrice care determină creșterea rezultatelor în proba sportivă aleasă • să cunoască variante tradiționale de alcătuire a procesului de PF a sportivilor de performanță într-un ciclu anual și a atleților de diferite specializări • să cunoască tehnologii inovatoare pentru creșterea nivelului de pregătire fizică în atletism • să cunoască criteriile de eficiență a procesului de antrenament • să cunoască legitățile organizării antrenamentului la altitudine, în diferite condiții climato-geografice, în diferite faze ale COM • să cunoască organizarea evenimentelor de diagnosticare a nivelului de pregătire fizică al sportivilor în ciclul anual • să cunoască conținutul blocului de proceduri diagnostice, utilizate în mod tradițional în proba aleasă de specializare <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să formeze conținutul de PF a atleților de diferite specializări în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului, în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului, în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței

<ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze strategii generale de alcătuire a procesului de PF într-un ciclu anual de antrenament și a variantelor tactice posibile în această perioadă • să elaboreze complexe de sarcini motrice, direcționate spre dezvoltarea și perfecționarea unor sau altor calități motrice • să formeze sistemul de control asupra nivelului de condiție fizică într-un ciclu anual de antrenament al sportivilor în proba de specializare <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive • să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, să studieze tendințele în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, să dezvolte strategii și tactici de utilizare a tehnologiei etc. • să promoveze tehnologiile utilizate în PF a atleților în alte probe sportive

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	C	S	LP	LI
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	1	Pregătirea fizică a atleților de performanță (generalități, scop, sarcini, conținutul, forme de organizare într-un ciclu anual, PFG, PFS, PFM, individualizarea etc.)	5	2	1		2
	2	Evoluția concepțiilor despre conținutul, tehnologia și organizării PF a atleților într-un ciclu anual de antrenament (Ozolin N., Matveev L., Vorobiov A., Verhoșanski Iu., Platonov V., Bondarciuc A., Bompa T., Issurin G. etc)	14	2			12
	3	Variante de tradiționale de alcătuire a procesului de PF a atleților de diferite specializări: conținutul acesteia în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței	40	2	28		10
	4	Individualizarea PF a sportivilor de performanță	7	2	1		4
	5	Particularitățile conținutului PF a atleților de performanță.	2		2		
	6	Variante de planificare a PF a sportivilor de performanță într-un ciclu anual (Ozolin N., Matveev L., Arosev D., Vorobiov A., Verhoșanski Iu., Platonov V., Bondarciuc A., Bompa T., Issurin G., Boico A etc)	14	2			12
	7	Variante de tradiționale de alcătuire a procesului de PF a atleților de diferite specializări: conținutul acesteia în probele ciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele aciclice cu caracter de forță-viteză ale atletismului; conținutul acesteia în probele ciclice ale atletismului cu manifestarea preponderentă a rezistenței	44	4	30		10
	8	Variantele de planificare a PF și conținutul acesteia în diferite faze ale COM	11	2	1		8
	9	Variante de organizare a PF în diferite condiții climato-geografice, în condiții de munții	11	2	1		8
	10	Particularitățile organizării procesului de PF a atleților de performanță.	2		2		
	11	Control în antrenamentul anual al sportivilor de înaltă calificare	4	2			2
	12	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în sărituri și aruncări de atletism	8		4		4
	13	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în alergare de rezistență	8		4		4
	14	Diagnosticarea stării de pregătire motrică și funcțională a sportivilor specializați în alergare de viteză	8		4		4
	15	Particularitățile sistemului de control al nivelului PF și funcționale a atleților de performanță.	2		2		
Total :			180	20	80	-	80

Strategii de predare & învățare în	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice
---	---

cadrul cursului/ modului	<p>de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin doi forme: curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>	
Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<p style="text-align: center;">În limba română</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Alexandrescu D. Atletism. Prelegeri. București: AEPS, 1991. 244 p. 2. Dotti A., Nicolini I. Mijloace și metode pentru un antrenament modern (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1992, p. 89-128 3. Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editis, 1993. 530 p. 4. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1996. 199 p. 5. Dumitrescu V., Predescu A., Florescu C. Metodica dezvoltării calităților fizice . București: CNFF, 1969. 200 p. 6. Atletismul / sub redacția lui Kolodii O., Lutkovski E., Uhov V. (traducere din limba rusă). Chișinău: Lumina, 1992. 231 p. <p style="text-align: center;">În limba rusă</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бойко В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 144 с. 2. Бондарчук А. Периодизация спортивной тренировки. Киев: Олимпийская литература, 2005. 303 с. 3. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. Москва: Олимпия Пресс, 2007. 272 с. 4. Верхошанский Ю. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 176 с. 5. Верхошанский Ю. Основы специальной физической подготовки спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1988. 331 с. 6. Воробьев Ф. Тяжелотлетический спорт: очерки по физиологии и спортивной тренировке. Москва: Физкультура и спорт, 1977. 255 с. 7. Матвеев Л. Проблема периодизации спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1964. 246 с. 8. Матвеев Л. Основы спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1977. 271 с. 9. Озолин Н. Современная система спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 1970. 477 с. 10. Платонов В. Подготовка квалифицированных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 286 с. 11. Похоленчук Ю., Свечникова Н. Современный женский спорт. – Киев: Здоровья, 1987, 192 с. 12. Суслов Ф., Сыч В., Шустин Б. Современная система спортивной подготовки. Москва: СААМ, 1995. 448 с. 13. Суслов Ф., Гиппенрейтер Е. Подготовка спортсменов в горных условиях. Москва: ТЕРРА–Спорт, Олимпия Пресс, 2000. 176 с. 	

- | |
|--|
| 14. Учебник тренера по легкой атлетике / Под ред. Л. Хоменкова. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 479 с. |
| 15. Легкая атлетика. Учебник для институтов ФК/ Под общей ред. Чесноков Н., Никитушкин В. - М.: ФК и С, 2014. 448 с. |

Data completării: 01.09.2021

Gorașenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.uscfs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 2							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Management, training și leadership în cultura fizică					
Titularul cursului		Frunză-Danail Gabriela, dr. în filologie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 02 O.07	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	gfrunza@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20		110	
Nota de prezentare	<p>Cursul Management, training și leadership în cultura fizică este destinat masteranzilor anului I, specialitatea <i>Tehnologia antrenamentului sportiv (120 ECTS)</i>, având ca finalitate asimilarea noțiunilor teoretice de bază.</p> <p>Scopul acestui curs rezidă în familiarizarea masteranzilor cu specificul și caracteristicile organizațiilor, mediului organizațional și provocările pe care trebuie să le rezolve un manager/lider în activitatea sa.</p> <p>În același timp, sunt abordate tematici actuale privind studiul managementului și leadershipului și inserate ideile celor mai de vază autori.</p> <p>Nu în ultimul rând, cursul urmărește să furnizeze un cadru de gândire în domeniul conducerii și motivării angajaților, care să permită managerului identificarea decalajelor și imperativelor de dezvoltare, aplicarea cunoștințelor teoretice obținute în rezolvarea unor studii de caz și analize situaționale.</p> <p>În același context, prezentul curs introduce și definește unele concepte moderne, precum și prezintă bune practici pentru actualizarea și aprofundarea cunoștințelor în managementul sportiv.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și</p>						

	<p>finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reproducerea conceptelor-cheie din domeniu; 2. Operarea cu aparatul epistemologic al disciplinei. 3. Delimitarea obiectului de studiu al disciplinei de domeniile conexe. 4. Determinarea standardelor de calitate ale managementului și leadership-ului; 5. Explicarea componentelor, strategiilor și stilurilor de conducere. 6. Situarea managementului, leadership-ului și activităților de training în contextul exercitării activităților de cultură fizică. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să susțină realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 5 credite.</p> <p>În contextul dat, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • abilitatea de organizare managerială a activității la nivel de proiectare, desfășurare, evaluare, autoperfecționare; • abilitatea de exercitare a criteriilor managementului și leadership-ului eficient; • utilizarea unui lexic adecvat statutului de lider, manager; • abilitatea de a comunica eficient cu echipa; • influența benefică a culturii organizaționale; • transferarea normelor manageriale în formarea și desăvârșirea stilului personal; • elaborarea proiectului personal de carieră; • realizarea ședințelor de training; • aplicarea strategiilor de dezvoltare a unei structuri sportive <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe cu care se confruntă un manager/lider în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Management, training și leadership în cultura fizică” (caracteristici, tehnici, stiluri/strategii de conducere, cultura organizațională, trainingul în organizația sportivă etc.); ➤ să definească noțiunile de bază; ➤ să identifice stilurile de conducere; ➤ să evalueze necesitățile de training din organizația sportivă; ➤ să cunoască metode de formare; ➤ să valorifice eficient factorul schimbării în organizație; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine stilul eficient de conducere; ➤ să rezolve sarcinile practice la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează procesele manageriale în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate.

		La nivel de integrare:				
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de conducere eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice 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	Curs	Seminar	LI
	1	Management și leadership Procesul de conducere. Sursele puterii. Lider versus manager – delimitări de concept, calități, cunoștințe, aptitudini Managerul sportiv: problematica sarcinilor, competențe specifice Integritatea profesională a managerului sportiv	14	2	2	10
	2	Organizația sportivă Stiluri de conducere. Strategii de conducere. Integrarea în organizația sportivă. Conținut, etape și strategii ale integrării organizaționale. Cultura în organizația sportivă. Funcțiile și tipurile culturii organizaționale	14	2	2	10
	3	Comunicarea în exercitarea managementului și leadershipului Comunicarea managerială: funcții, principii. Tehnici și aptitudini privind comunicarea eficientă Managementul manifestărilor. Managementul ședințelor Gestionarea conflictelor	16	2	2	12
	4	Schimbare și dezvoltare în organizație Schimbarea în organizație. Blocaje la nivel organizațional și individual Dezvoltarea în organizație: metode, tehnici Imaginea organizației. Strategii și tehnici de creare a imaginii. Promovarea imaginii personale și organizaționale	18	2	2	14
	5	Managementul carierei Delimitări conceptuale privind cariera profesională. Stadiile carierei Proiectarea modelului de management eficient al carierei Procesul de planificare a carierei din perspectivă organizațională și individuală. Metodologia de evaluare	16	2	2	12
	6	Analiza necesităților de training la nivelul organizației sportive Proiectarea programelor de instruire Importanța analizei nevoilor de training Procesul de analiză Indicatorii-cheie de măsurare a performanței organizaționale	20	3	3	14

	Metode de culegere a informațiilor necesare identificării nevoilor de training				
7	Activitatea de training Conceptul de training și obiectivele acestuia. Formarea adulților Caracteristicile și etapele procesului de training Conținutul și participării programului de training Organizația și rolul ei în cadrul procesului de training Trainerul și rolul acestuia în procesul de training Influente asupra metodelor de training Training-ul colectiv al echipei de lucru Programe de training în entitatea sportivă	20	3	3	14
8	Metode de formare aplicate în procesul de training Metode de formare pasivă Metode interogative de formare Metode de formare prin descoperire Metode de formare activă Metode de formare prin stimularea creativității Metode de formare în sistemul „outdoor” Studiu de caz și rolul trainerului în desfășurarea acestuia	16	2	2	12
	Total :	150	20	20	110
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu</p>				

	<p>scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Blanchard Kenneth H., Muchnick M. Rețeta unui lider: ingredientul lipsă pentru a motiva oamenii din prezent: învățați rețeta unui lider de succes. București: Curtea Veche, 2004. 2. Certo S. C. Managementul modern: diversitate, calitate, etica și mediul global. București: Teora, 2002. 3. Covey S.R. Cea de-a opta treaptă a înțelepciunii. București: ALLFA, 2006. 4. Clark T. R. Caracter și competență în leadership .București: Amaltea, 2017. 5. Curteanu D., Chivu I. M., Popa, I. Ghidul trainerului. București: Irecson, 2005. 6. Drucker P. Despre profesia de manager. București: Meteor Press, 2007. 7. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 8. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 9. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică (ghid metodic). Chișinău: USEFS, 2018. 10. Maxwell J.C. Leadership de aur: lecții învățate într-o viață de lider. București: Amaltea, 2008. 11. Minulescu M. Comunicarea organizațională. București, 2004. 12. Năstase M. Lideri, leadership și organizația bazată pe cunoștințe. București: Editura ASE, 2007. 13. Nicolescu O., Nicolescu L. Managementul modern al organizației, București: Tribuna Economică, 2001. 14. Nicolescu Ov., Verboncu I. Fundamentele managementului organizației. București: Tribuna Economică, 2001. 15. Parkinson M. Ghidul carierei. București: All Beck, 2002. 	

Data completării: 01.09.2021

Frunză-Danail Gabriela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă PDASPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Budevici - Puiu Anatol, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	1	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și metodică jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA (jocurile sportive) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS) vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurarea transferabilității</p>						

	<p>tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Tehnologia pregătirii fizice în proba de sport aleasă” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), jocurile sportive. • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu cerințele contemporane; • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de antrenorat la proba sportivă aleasă; • În procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată; • În procesul programării să aplice prezentarea metodico – științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză; • Planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament în proba sportivă aleasă; • În cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire; • Să se includă elemente formativ – creative în dirijarea antrenamentului; • Să rezolvă valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional – pedagogice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia planificării antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • Cunoașterea metodelor de lucru diferite în domeniul elaborării unui plan de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă; - să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă; - să prezinte argumentarea biologică a programării efortului în antrenament la proba sportive aleasă; - să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă; - să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă; - să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;

	<ul style="list-style-type: none"> - să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă; - să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă; - să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă; - să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă; - să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă; - să cunoască, să aplice planificarea curentă; - să cunoască să aplice planificarea de etapă; - să cunoască să aplice planificarea operativă; - să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.
--	---

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	Curs	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	10	1	2	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	10	1	2	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	10	1	4	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	10	1	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	10	2	4	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	10	2	2	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă.	10	1	2	10
	8	Planificarea formei sportive.	10	2	4	10
	9	Evidența în antrenamente și competiția sportivă.	10	1	2	15
	10	Lecții de totalizare.	10	1	2	15
	Total :			150	14	26

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>1. Strategia didactică la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>2. Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice. Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodică-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>3. Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea</p>
---	---

	<p>orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p>4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual. • Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand. <p>5. Realizarea interdisciplinarității.</p> <p>În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p>6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Triboi Vasile. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Ch.: Tipografia U.S.E.F.S., 2009. 364 p. 2. Иванов Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. М.: «ИНСАН», 2005. 368 с. 3. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с. 4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392с. 	

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">5. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки Учеб.пособие для институтов физической культуры. М., «Физкультура и спорт», 1977. 271 с.6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.7. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с.8. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. М.: «Физкультура и спорт», 1986. 286 с. Платонов В.Н. Теория спорта. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1987. 424 с.9. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1984. – 352 с. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 272 с. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с.10. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с.11. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с. |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatol



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	1	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (120 ECTS), PDASPSA, probe sportive individuale a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba by sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA, probe sportive in dividuale vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie</p>						

	<p>(transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba by sport aleasă” (120 ECTS), este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Teoria și Metodica Jocurilor. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba by sport aleasă” (120 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul modulului „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba by sport aleasă” (120 ECTS), jocurile sportive. • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de antrenament în sport în corespundere cu cerințele contemporane; • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de antrenorat la proba sportivă aleasă; • În procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată; • În procesul programării să aplice prezentarea metodică – științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză; • Planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament în proba sportivă aleasă; • În cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire; • Să se includă elemente formativ – creative în dirijarea antrenamentului; • Să rezolvă valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional – pedagogice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antrenorat și tehnologia planificării antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • Cunoașterea metodelor de lucru diferite în domeniul elaborării unui plan de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă; •
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă; - să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă; - să prezinte argumentarea biologică a programării efortului în antrenament la proba sportive aleasă;

	<ul style="list-style-type: none"> - să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă; - să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă; - să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament; - să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă; - să identifice și să prezinte elementele definatorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă; - să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă; - să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă; - să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă; - să cunoască, să aplice planificarea curentă; - să cunoască să aplice planificarea de etapă; - să cunoască să aplice planificarea operativă; - să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Seminar	Curs	LI
	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	10	1	2	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	10	1	2	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	10	1	4	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	10	1	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	10	2	4	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	10	2	2	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă.	10	1	2	10
	8	Planificarea formei sportive.	10	2	4	10
	9	Evidența în antrenamente și competiția sportivă.	10	1	2	15
10	Lecții de totalizare.	10	1	2	15	
	Total :	150	14	26	110	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>1. Strategia didactică la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>2. Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice. Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul</p>					

îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.

3. Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.

4. Diversificarea formelor de învățare va fi următoarea:

- Îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual.
- Comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui masterand.

5. Realizarea interdisciplinarității.

În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, management, anatomie, fiziologie, chimie, biologie, fizică, biomecanică etc. Interdisciplinaritatea, relevând caracteristica epocii noastre, reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.

6. Centrarea pe student (masterand). În procesul instructiv-educativ, accent deosebit se va pune pe competențele elevului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective. Activitatea didactică se va direcționa spre formarea competențelor-cheie consfințită de prevederile sistemelor de învățământ din Comunitatea Europeană, Concepția Învățământului și a finalităților prevăzute de Codul Educației al RM în vigoare.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală.*

1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită 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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, 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. Ardeleanu T. Particularitățile dezvoltării calităților motrice, I.E.F.S, București, 1982.

2. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească "trânta" cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p.
 3. Cârstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii, A.N.E.F.S., București, 1996.
 4. Cârstea Gh., Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă școlară, Editura Universul, București, 1993.
 5. Cârstea Gh., Teoria și metodica educației fizice și sportului, Editura Universul, București, 1993.
 6. Cârstea Gh., Teoria și metodica educației fizice și sportului, Notedecurs, Editura Universul, București, 1991.
 7. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere și greco-romane. Curs de bază. Chișinău-2016, 160 pag.
 8. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane, instruirea juniorilor, Editura Sport-Turism, București, 1981.
 9. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane. Elemente de teorie și metodică de antrenament, Editura Sport-Turism, București, 1987.
 10. Cișmaș Gh. Lupte libere-Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București, 1996.
 11. Cișmaș Gh. Tehnica luptelor greco-romane, Editura Sport-Turism, București, 1988.
 12. Cotorcea A., Polevaia-Secărianu A., Rolul combinării optimale a mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor., Chișinău 2013 p.162-167
 13. Dragnea A. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS, București, 1991.
 14. Manolachi V. Sporturi de luptă-Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo), INEFS, Chișinău, 2003.
 15. Petrov .R., *Lupte libere*, Editura Stadion, București, 1973
 16. Postolachi A., Grosu V., Gilcă M. Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la Campionatele Naționale și Cam-le Mondiale Universitare. Chișinău, IRIM 2019, pag..96
 17. Șiclovan I. Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Sport-Turism, București, 1982.
 18. Triboi V. Teoria și metodică antrenamentului sportiv . Curs Universitar . Chișinău , Editura USEFS , 2010 .
- Triboi V., Teoria educației fizice

1. Боярина Г. П. Верховая езда. Практические советы начинающих конников. Мн.: МПКФ, 1992. 32 с.
2. Бусуйок С.Л. Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).
3. Деркаченко, И.В. Планирование тренировочного процесса с применением средств и методов легкой атлетики для развития специальных качеств у кикбоксеров – универсалов: Монография / И.В. Деркаченко – Тирасполь: ПГУ, 2021. 160 p.
4. Диллон Джейн Маршалл. Конный спорт техника и стиль прыжка. Практическое руководство. Аквариум ЛТД. 158 с.

- | |
|---|
| <p>5. Дитце С.Р. Равновесие в движении. Посадка всадника / С.Р. Дитце. М.: «Московский конный спорт инвалидов», 2001. 203с.</p> <p>6. Заяшников,С.И. Тайский бокс/С.И.Заяшников.-Москва:Терра Спорт, 2002. 166 с. Текст: непосредственный.</p> <p>7. Иванов, А.Д. Кикбоксинг/ А.Д. Иванов. Киев: Перун, 1995. 312 с. Тест: непосредственный.</p> <p>8. Молокович Г.А. Структура и содержание специальной двигательной подготовки конников / Г. А. Молокович. - М.: «БГОИФК»,1990. 23 с.</p> <p>9. Мясоедова И. Е. Начальная подготовка всадника / И.Е. Мясоедова. М.: «Мгафк»,2011. 63 с.</p> <p>10. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Ştiinţa culturii fizice. 2011, nr. 7/1, с. 57-60.</p> |
|---|

Data completării: 01.09.2021

Polevaia – Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă PDASPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Rîșneac Boris, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Pregătirea profesională a viitorilor specialiști pentru domeniul sportului, antrenor în proba sportivă aleasă, la nivelul studiilor de masterat (ciclul II) include un comportament important după cum este „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă”, 120 ECTS, PDASPSA (înotul sportiv). În acest sens, studenții trebuie documentați cu cele mai esențiale informații de ordin terminologic și de ordin metodico-științific în special cu metodologia structurii și conținutului planificării antrenamentului sportiv.</p> <p>Prin planificare se înțelege acțiunea de programare, organizare coordonare și conducere pe bază de plan a acțiunii dintr-un domeniu de activitate.</p> <p>Planificarea în antrenamentul sportiv este activitatea de elaborare amănunțită și precisă a obiectivelor de instruire și de performanță, precum și a metodelor, mijloacelor și formelor de organizare propuse pentru a fi realizate în procesul de antrenament.</p> <p>Un program de pregătire planificat și organizat elimină subiectivismul, abordarea lipsită de obiectivele care încă mai persistă în unele sporturi.</p> <p>Procesul didactic se va desfășura în formă de cursuri teoretice, seminare și lucrul individual.</p> <p>Disciplina prevede familiarizarea studenților cu metodologia planificării</p>						

	<p>antrenamentului sportiv în diferite etape de pregătire sportivă.</p> <p>Ca disciplină inclusă în planul de învățământ cu profil special, care are menirea să asigure pregătirea multilaterală a studenților masteranzi în vederea obținerii cunoștințelor teoretico-metodice și deprinderilor practice pentru activitatea profesională ulterioară. Prin conținutul didactic stabilit, însușirea disciplinei va contribui la formarea unor competențe profesionale, direcționate spre cunoașterea metodelor și principiilor de programare și dirijare a procesului de antrenament.</p> <p>Disciplina propriu zisă va crea posibilitatea de analiză și sinteză a diverselor modele de planificare a metodicii antrenamentului sportiv desfășurate în cadrul etapelor de inițiere și de perfecționare a măiestriei sportive.</p> <p>În structura și conținutul curriculumului „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă”, PDASPSA, 120 ECTS (înotul sportiv). Se propune o tematică complexă care în special este axată pe metodologia planificării antrenamentului sportiv, care vizează etapele pregătirii sportive, tipurile de planificare, pregătirii. Un compartiment important este destinat programării și dirijării procesului de antrenament unde sunt specificate structura și conținutul micro- și monociclică a procesului de pregătire sportivă. În conținutul curriculumului un loc aparte este stabilit pentru înțelegerea și însușirea procesului de periodizare ale antrenamentului, planificării formei sportive, optimizării efortului fizic în dependență de vârstă, sex și nivelul de performanță.</p> <p>Conținutul materiei propuse sa elaborat în baza teoriei curriculum-ului, aplicat la nivel de cerințe normative, vizând dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ.</p> <p>Pomind de la esența teoriei curriculum-ului, tematica propusă este orientată spre formarea competențelor axate pe analiză și sinteză a metodologiei de planificare a procesului de antrenament sportiv. Practicarea activității individuale prin elaborarea diverselor modele ale antrenamentului va contribui la obținerea experienței practico-metodice în cadrul procesului de instruire a studenților masteranzi.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea proiectelor de antrenament; - proiectarea programelor de antrenament; - stabilirea metodelor și mijloacelor de antrenament; - implementarea tehnologiilor informaționale; - evaluarea rezultatelor obținute. - manifestarea atitudinilor responsabile față de procesul de antrenament sportiv; - cultivarea unui mediu științifico-metodic pentru asigurarea eficiență a procesului de antrenament; - valorificarea creativă a metodologii performante în cadrul antrenamentului sportiv. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea metodologiei de programare și dirijare a procesului de antrenament. - cunoașterea diverselor metode de organizare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă. - aplicarea noțiunilor specifice. - implementarea metodelor științifice în antrenamentul sportiv. - selectarea testelor pentru evaluarea nivelului de pregătire a sportivilor în proba sportivă aleasă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere studenții - masteranzi trebuie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească și să utilizeze diverse forme de planificare a procesului de antrenament; • să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare capacitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare a capacităților:

- în procesul de elaborare și implementare a planurilor de antrenament să folosească o terminologie adecvată.
- în procesul programării să aplice prezentarea metodică-științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză;
- planificarea tehnicii de calcul, să creeze baza de date în vederea elaborării, planurilor de antrenament;
- în cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace în procesul de instruire.

La nivel de integrare:

- să se includă elemente formativ-creative în dirijarea antrenamentului;
- să rezolve valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.
- acumularea de cunoștințe priceperi și deprinderi privind elaborarea documentelor de planificarea procesului de instruire și antrenament;
- implementarea planurilor și programelor de antrenament în procesul instruirii cu diferite grupe de sportivi;
- dirijarea pregătirii sportive în cadrul diferitelor etape de antrenament;
- evaluarea nivelului de pregătire sportivă în vederea orientării sportivilor spre starturile de obiectiv.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2.	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3.	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4.	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5.	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6.	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7.	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8.	Planificarea formei sportive.	16	4	2	10
	9.	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
	10.	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
		Total :		150	26	14

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).

În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală.*

1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin

	<p><i>interviui, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control și lucrărilor individuale</i> pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. București: 1993. 531 p. 2. Bompa T. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Editura „Tana”: 2008. 435p. 3. Dragnea A., Teodorescu S. Teoria sportului. București: 2002. 609 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. 5. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportive. Editura „PIM”, Iași, 2013. 373 p. 6. Баландин В.И., Блудов Ю.А., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. М: Физкультура и спорт. 1986. 193 с. 7. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. - К., 2000. -568 с. 8. Булатова М.И. Теоретико-методологические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. д-ра пед. наук. К.: 1996. 50 с. 9. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. М., 1976. 64 с. 10. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. -М.: Физкультура и спорт. 1985. 176 с. 11. Ганчар И.Л, Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования Одесса «Друк», 2006, 699 с. 12. Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. М.: физкультура и спорт, 2003. 80 с. 13. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320с. 14. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. К.: Олимпийская литература. 2004. 807 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă PDASPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
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	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA (gimnastica ritmică) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea</p>						

	<p>antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA, (gimnastica ritmică) vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă” (90 ECTS), este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra de Gimnastica. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea și dirijarea procesului de antrenament a gimnaștilor. 2. Formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape (microcicluri, mezocicluri și macrocicluri). 3. Dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă. <p>Competențe transversale:</p> <p>Necesitatea studierii disciplinei PDASPSA (gimnastica ritmică) în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruiți integrate în etapa actuală prezintă unele argumente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice în domeniul 100 Științe ale sportului și a. profesionale de tip interdisciplinar. 2. Pregătirea specialiștilor în domeniul educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruiți centralizate transdisciplinare.
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive în proba aleasă. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă.

Competențe la nivel de aplicare:

Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.

- să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă;
- să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă;
- să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă;
- să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;
- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;
- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;
- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;
- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă;
- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă;
- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;
- să cunoască, să aplice planificarea curentă;
- să cunoască să aplice planificarea de etapă;
- să cunoască să aplice planificarea operativă;
- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

Competențe la nivel de integrare:

- Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv.
- Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern.
- Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii și dirijării procesului în cadrul antrenamentului sportiv și competițional la proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8	Planificarea formei	16	4	2	10

	sportive.				
9	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
10	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Notarea este expresia numerică a aprecierii performanțelor ale studenților</p> <p>În cadrul procesului instructiv-educativ se va practica:</p> <ul style="list-style-type: none"> evaluarea calității când raportarea se face la obiectivele de competențe planificate în conținuturi; evaluarea eficienței dedusă din raportarea la resursele utilizate (proiecte, modele, testări); evaluarea progresului când se ține cont de resursele anterioare, în cadrul evaluării inițiale. <p>Evaluarea va avea funcție <i>constatativă</i>, <i>diagnostică</i> și <i>prognostică</i> utilizând metode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual				60%
	Nota pentru examen				40%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. T. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 				

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă PDASPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
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	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	26	14	-	110	
Nota de prezentare		<p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA (gimnastica artistică) a fost elaborată din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Programarea și dirijarea</p>					

	<p>antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), PDASPSA (gimnastica artistică) vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiat se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra de Gimnastica. Forma actuală a curriculum-ului universitar la disciplina „Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă” (120 ECTS), reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea și dirijarea procesului de antrenament a gimnaștelor. 5. Formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape (microcicluri, mezocicluri și macrocicluri). 6. Dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă. <p>Competențe transversale:</p> <p>Necesitatea studierii disciplinei PDASPSA (gimnastica artistică) în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruiți integrate în etapa actuală prezintă unele argumente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice în domeniul 100 Științe ale sportului și a. profesionale de tip interdisciplinar. 4. Pregătirea specialiștilor în domeniul educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruirii centralizate transdisciplinare.
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive în proba aleasă. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă.

Competențe la nivel de aplicare:

Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.

- să definească conceptul de antrenament sportiv la proba sportivă aleasă;
- să prezinte specificul activității de dezvoltare diferite calităților la proba sportive aleasă;
- să concretizeze care este perspectiva instruirii sportivilor prin pregătirea fizică general și special în proba sportive aleasă;
- să elaboreze un plan de dezvoltare diferitelor calităților în proba sportivă aleasă;
- să precizeze importanța mijloacelor și metodelor de antrenament;
- să menționeze care sunt obiectivele pregătirii fizice generale și speciale a antrenamentului sportiv în proba aleasă;
- să identifice și să prezinte elementele definitorii și direcțiile pregătirii fizice generale și speciale ale antrenamentului sportiv contemporan în proba aleasă;
- să identifice care este componenta științifică a programării și dirijării antrenamentului sportive în proba sportive aleasă;
- să definească și să înțeleagă conceptele de planificare și dirijarea a antrenamentului sportive la proba aleasă;
- să acumuleze cunoștințe cu privire la planul de perspectivă;
- să cunoască, să aplice planificarea curentă;
- să cunoască să aplice planificarea de etapă;
- să cunoască să aplice planificarea operativă;
- să aplice proiectarea didactică a pregătirii fizice.

Competențe la nivel de integrare:

- Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv.

- Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern.

- Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii și dirijării procesului în cadrul antrenamentului sportiv și competițional la proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Planificarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	13	2	1	10
	2	Planificarea antrenamentului în ciclul olimpic a sportivilor.	13	2	1	10
	3	Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în macrociclul anual.	13	2	1	10
	4	Programarea și dirijarea pregătirii sportivilor în cadrul mezociclurilor de antrenament.	16	4	2	10
	5	Metodica planificării antrenamentelor în microcicluri săptămânale.	16	4	2	10
	6	Lecția de antrenament în diferite forme de manifestare.	13	2	1	10
	7	Periodizarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.	16	4	2	10
	8	Planificarea formei	16	4	2	10

		sportive.				
	9	Evidența în antrenament și competiția sportivă.	19	2	2	15
	10	Lecții de totalizare.	15	-	-	15
	Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Notarea este expresia numerică a aprecierii performanțelor ale studenților</p> <p>În cadrul procesului instructiv-educativ se va practica:</p> <ul style="list-style-type: none"> evaluarea calității când raportarea se face la obiectivele de competențe planificate în conținuturi; evaluarea eficienței dedusă din raportarea la resursele utilizate (proiecte, modele, testări); evaluarea progresului când se ține cont de resursele anterioare, în cadrul evaluării inițiale. <p>Evaluarea va avea funcție <i>constatativă</i>, <i>diagnostică</i> și <i>prognostică</i> utilizând metode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual					60%
	Nota pentru examen					40%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. T. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 					

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (90 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă PDASPSA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, cobf. univ. Povestea Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (<i>M-master</i>)	M	Codul cursului	S 02 A.08	Anul	I	Semestrul	2
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	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (<i>C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual</i>)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	LI		
		150	26	14	110		
Nota de prezentare	<p>Disciplina Programarea și dirijarea antrenamentului sportiv în proba de sport aleasă, 120 ECTS, PDASPSA (atletism) prevede însușirea materialului de studiu sub diferite forme de instruire: teoretică (26 de ore), practică (8 de ore), seminar (6 de ore). Modulul „TPFPSA” prevede în total 150 de ore, dintre care 40 de ore contact direct și 110 de ore studio individual. Studiind cursul respectiv, absolventul ciclului II de studii la specialitatea „TAS” 120 ECTS, trebuie să cunoască procesele integraționale dintre: programarea și dirijarea; prognozarea și modelarea; control și corectare, subiectul și obiectul dirijării; metodele de organizare și desfășurare a activității de cercetare științifică; bazele activității metodice în domeniul educației fizice și sportului; să poată organiza și efectua activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul educației fizice, culturii fizice recreative și antrenamentului sportiv; să pregătească și să susțină public o lucrare de calificare cu caracter științific etc.</p> <p>Obiectivele de bază ale disciplinei sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - familiarizarea cu bazele dirijării antrenamentului sportiv și metodologia programării componentelor de bază ale procesului pregătirii sportive; - determinarea strategiei dirijării cu procesul de pregătire a sportivilor pe durata unui ciclu anual de antrenament și, de asemenea, cu mecanismul de luare a deciziilor de dirijare; 						

	<p>- familiarizarea cu sistemul de control și corectare a procesului de antrenament; - elaborarea componentelor modelului și a caracteristicilor-model de pregătire. Evaluarea cunoștințelor se va desfășura în cadrul seminarelor la temele cursului teoretic și practic.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea unui sistem de cunoștințe din domeniul programării și dirijării antrenamentului sportiv • Să însușească metodologia programării, prognozării și modelării • Cunoașterea sistemului de control și corectare a procesului de antrenament • Să însușească tehnologiile specifice de cercetare științifică aplicată în atletism • Aplicarea tehnologiilor de corecție a potențialului motor pe baza modelului de antrenament • Să însușească metodele matematico-statistice și activitățile de cercetare aplicate în domeniul antrenamentului sportiv • Proiectarea direcției de antrenamentului pe baza aplicării sarcinilor motrice • Cunoașterea corelației: programarea, prognozarea și modelarea; dirijarea, control și corectare, subiectul și obiectul dirijării etc; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-susținere.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă • să însușească cunoștințe și abilități de control activității competiționale, a nivelului pregătirii tehnico-tactice și motrice, a eforturilor de antrenament și competiționale în diferite probe ale atletismului • să însușească cunoștințe despre organizarea sistemului de control în ciclul anual de pregătire a atleților și etc

La nivel de înțelegere și aplicare:						
<ul style="list-style-type: none"> • să formeze abilitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă • se aplice în procesul de planificare pe perspectivă și curent, corecția operațională a eforturilor de antrenament • să elaboreze strategie a procesului de pregătire a sportivilor pe durata unui ciclu anual de antrenament și, de asemenea, cu mecanismul de luare a deciziilor de dirijare • să aplice în procesul de analiză a eficacității antrenamentului sportivilor etc 						
La nivel de integrare:						
<ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive • să includă cunoștințele acumulate în cadrul cursului «programare și dirijare a antrenamentului sportiv» la lista competențelor profesional-pedagogice • să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studierea tendințelor în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvoltarea strategii și tacticii de utilizare a tehnologiei etc. 						
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	C	S	LI
	1	Componentele dirijării antrenamentului sportiv. Sistemul și mecanismul. Controlul și corectării procesului de pregătire a sportivilor. Subiectul și obiectul dirijării cu procesul antrenamentului sportiv. Felurile și etapele controlului.	8	2		6
	2	Conținutul și organizarea sistemului de control în ciclul anual	6	2		4
	3	Procedura controlului parametrilor activității competiționale și nivelului pregătirii tehnico-tactice a atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	4	Procedura controlului indicilor nivelului pregătirii motrice a atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	5	Procedura controlului parametrilor eforturilor de antrenament și competiționali ai atleților de diferite specializări	8	2	2	4
	6	Corecția în procesul pregătirii atleților de mare performanță	6	2		4
	7	Lecția de recalculare	8		2	6
	8	Programarea în procesul de antrenament. Metodologia programării și prognozării. Componentele programării și prognozării	10	4		6
	9	Modelarea în sistemul dirijării procesului de antrenament. Obiectele modelării, procedura, caracteristicile-model, normelor de pregătire	14	6	2	6
	10	Variantele de calculare a caracteristicilor-model ale obiectelor de bază ale dirijării procesului de antrenament	10	2		10
	11	Ore recapitulare	8		2	6
12	Susținerea de proiect	52	2	2	50	
	Total :		150	26	14	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor</p>					

studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

Pe parcurs semestrului realizarea un **proiect** conform tematicii propuse de profesor.

Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).

Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)

Nota finală	100%
Nota pentru evaluarea finală	40%
Nota evaluarea curentă	60%

În limba română

1. Muraru A. Ghidul antrenorului. București Proxima, 2004. 400 p.â
2. Ursanu G., Budevici A., Ursanu V. Modelarea și algoritmizarea managerială a antrenamentului sportiv la grupele de începători și avansați în atletism. Iași: Demiurg, 2008. 164 p.

În limba rusă

1. Баландин В., Блудов Ю., Плахтиенко В. Прогнозирование в спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 192 с.
2. Благуш А. К теории тестирования двигательных способностей. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 162 с.
3. Булкин В. Педагогическая диагностика как фактор управления двигательной деятельностью спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук Москва, 1989. 32 с.
4. Верхошанский Ю. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 176 с
5. Горашенко А. Методологические аспекты построения моделей в спорте: Сб. науч. трудов. Кишинев: НИФВС, 2005. с. 34 -50
6. Горашенко А. Управление тренировочным процессом юных легкоатлетов по критериям должных величин: Метод. реком. Кишинев: НИФВС, 2005. 52 с.
7. Запорожанов В. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1988. 144 с.
8. Зациорский В. Спортивная метрология: педагогический контроль в тренировочном процессе: Учеб. пособ. Москва: ГЦОЛИФК, 1978. 49 с.
9. Иванов В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 256 с.
10. Коренберг В. Спортивная метрология: словарь-справочник: Учеб. пособ. Москва: Советский спорт, 2004. 340 с.
11. Корольков А., Петленко В. Философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва: Медицина, 1977. 393 с.
12. Кузнецов В., Шустин Б. Методология построения модельных характеристик сильнейших спортсменов. В: Совершенствование управления системой подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1980. С. 131.
13. Набатникова М. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 280 с.
14. Набатникова М., Никитушкина В. Методология построения должных норм разносторонней физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Метод. реком. Москва: ВНИИФК, 1984. 38 с.
15. Никитушкин В. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук. Москва, 1996. 98 с.
16. Никитушкин В. Система подготовки спортивного резерва. Москва: Квант, 1994. 320 с.
17. Петровский В. Педагогическое управление в спортивной тренировке. В: Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке. Киев: КГИФК, 1990. с. 44-50.
18. Петровского В. Методы педагогического контроля в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1975. 78 с.
19. Разумовский Е. Проблемы управления подготовкой квалифицированных спортсменов (теоретические аспекты). В: Методологические проблемы

Referințe bibliografice

совершенствования системы подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1984. с. 53-78.

20. Сулова Ф., Сыч В., Шустина Б. Современная система спортивной тренировки. Москва: СААМ, 1995. 448 с.

21. Сутула В., Алабин В., Никитушкин В. Контроль в спорте. Харьков: Основа, 1995. 104 с.

22. Тер-Ованесян И. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. Москва: Тера-Спорт, 2000. 128 с.

23. Чернов К., Юцин Ю., Брянкин С. Теория индивидуального управления процессом спортивной подготовки. Москва: МОГИФК, 1980. 129 с.

Data completării: 01.09.2021

Gorașenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului ACDȘS					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri, dr. în pedagogie, lect. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Polevaia Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.09	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedratmj@gmail.com 						

	natatie@mail.ru atletism.sefs@mail.com gimnasticausefs@mail.ru catedra_PSI_use_fs.md@mail.ru catedra-natatie@mail.ru					
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Disciplina de studii „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului, Specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS)</i>, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului” prevede dobândirea și însușirea cunoștințelor teoretico-metodice în baza principalelor direcții ale asigurării calității în domeniul 100 Științe ale sportului.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele asigurării calității în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament; • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea asigurării calității procesului de predare-învățare, a cercetării științifice etc., care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Asigurarea calității în domeniul științe ale sportului” este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor la diferite probe de jocurile sportive, înotul sportive, gimnastica, la diferite probe sportive individuale, atletism.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - calitate în elaborarea proiectelor de antrenament; - calitate în proiectarea programelor de antrenament; - stabilirea calității metodelor și mijloacelor de antrenament; - calitatea implementării tehnologiilor informaționale; - evaluarea calitativă a rezultatelor obținute. - manifestarea atitudinilor responsabile bazate pe normele de calitate față de procesul de antrenament sportiv; - cultivarea unui mediu științifico-metodic calitativ pentru asigurarea eficientă a procesului de antrenament; - valorificarea calitativă a metodologiei performante în cadrul antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea structurii de asigurare a calității. 					

	<p>- cunoașterea planificării, implementării și evaluării procesului de asigurare a calității.</p> <p>- aplicarea noțiunilor specifice.</p> <p>- stăpânirea cunoștințelor și a mecanismelor de asigurare a calității procesului de predare-învățare, a cercetării științifice și a resurselor.</p> <p>- selectarea testelor pentru evaluarea nivelului calității de pregătire a sportivilor în proba sportivă aleasă.</p>
--	---

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere studenții - masteranzi trebuie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de asigurare a calității în domeniul științe ale sportului; • să însușească și să utilizeze diverse forme de planificare a asigurării calității în domeniul științe ale sportului; • să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare capacitățile de programare și dirijare a procesului de asigurare a calității în domeniul științe ale sportului; <p>La nivel de înțelegere și aplicare a capacităților:</p> <ul style="list-style-type: none"> • în procesul de elaborare și implementare a activității de antrenorat să respecte principiile calității. • în procesul programării antrenamentului sportiv să aplice prezentarea metodico-științifică a materialului practic, consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză; • să înțeleagă și să aplice criteriile și metodologiile armonizate pentru asigurarea calității antrenamentului sportiv; • în cadrul microciclurilor săptămânale să se utilizeze metode, procedee și mijloace calitative sigure în procesul de instruire. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să se includă elemente formativ-creative progresive în dirijarea antrenamentului; • să autoevalueze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice; • acumularea de cunoștințe priceperi și deprinderi privind elaborarea documentelor pe calitatea planificării procesului de instruire și antrenament; • implementarea planurilor și programelor de antrenament bazate pe un audit calitativ în procesul instruirii cu diferite grupe de sportivi; • calitatea în dirijarea pregătirii sportive în cadrul diferitelor etape de antrenament; • calitatea în evaluarea nivelului de pregătire sportivă în vederea orientării sportivilor spre starturile de obiectiv.
---	--

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	1	Oportunitatea, importanța, concepte de bază și particularități în asigurarea calității în învățământul superior.	26	4	2	20
	2	Calitatea programelor de studii universitare.	26	4	2	20
	3	Structurile de Asigurare a Calității.	14	2	2	10
	4	Planificarea, implementarea și evaluarea procesului de asigurare a calității		6	3	20
	5	Asigurarea calității procesului de predare-învățare, calității cercetării științifice, calității serviciilor.		6	3	20
	6	Documentele sistemului de management al calității.		4	2	20
		Total :		150	26	14

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p>
--	--

	<p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cabac V., Calitatea învățământului superior în viziunea comunității academice. Studiu de caz, Univ. de Stat "Alec Russo". - Bălți, 2006. 2. G. Atanasiu, C.Rusu, C. Oprean, A. Curaj, Ș. Buzărnescu, Ghidul calității în învățământul superior. Proiectul CALISRO. Editura Universității din București, 2004 105 p. ISBN 973-575-921-7. 3. Ghidul activităților de evaluare a calității programelor de studii universitare și a instituțiilor de învățământ superior. Ghid cu modificări aprobate de Consiliul ARACIS în 2010, România. 103 p. 4. Ghidul managementului calității în învățământul profesional-tehnic, MECC RM, 2017. 37 p. 5. http://qa.ubbcluj.ro/documente_qa.php 6. https://ipp.md/old/public/files/Evenimente/2005/prezentare/Managementul_Calitatii.pps 7. L. Bollaert, S. Delplace, Ghidul pentru includerea eficace a părților interesate în procesul de asigurare a calității. București 2021. 36 p. ISBN 978-973-0-33880-5 8. Manualul calității, Asigurarea calității în universitatea Babeș-Bolyai. Centrul de dezvoltare universitară și management al calității, 2020 453 p. 9. Manualul Calității, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, Aprobate de Senatul Universității în ședința din 17.05.2018. 38 p. 10. Metodologia de evaluare externă, standardele, standardele de referință și lista indicatorilor de performanță a Agenției Române de Asigurare a Calității în Învățământul Superior, Aprobate de Consiliul ARACIS din data de 29.06. 2017, 60 p. 	

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">11. Olaru M., Șavga L., Ghid pentru implementarea unui sistem de management al calității în cadrul instituțiilor de învățământ superior, Chișinău: Edit. Iunie-prim,, 2005.12. Platon C. Teoria și metodologia evaluării în învățământul universitar. Teză de dr. hab. în pedagogie. Chișinău. 2005, p. 275.13. Șavga L., et. al. Concepția sistemului de management al calității în instituțiile de învățământ superior. UCCM, ASEM, Fundația Soros-Moldova. Chișinău: Dep. Ed.-Poligr. al ASEM, 2006. 313 p.14. Manolachi V., Demcenco P., Ghețiu A., Zavalîșca A., Mocrousov E., Manualul Calității al Universității de Stat de Educație Fizică Și Sport. Chișinău, 2018. 76 p.15. Обеспечение качества, аккредитация и признание квалификаций как контрольные механизмы Европейского пространства высшего образования. http://logosbook.ru, 2010. |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Scorțenschi Dmitri
Mocrousov Elena
Polevaia Secăreanu Angela
Gorașcenco Alexandr
Moga Carolina



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 120 ECTS, TC (jocurile sportive) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor” (jocurile sportive) este de a familiariza studenții care se specializează la jocurile sportive cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însușirea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul jocurilor sportive; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba de jocurile sportive; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în jocurile sportive; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii în jocurile sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor” (jocurile sportive) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale jocurilor sportive. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a jucătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p style="text-align: center;"><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălilor de jocurile sportive forurilor administrative.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor; • să stabilească comisia de organizare a competiției; • să verifice funcționalitatea sălilor de jocuri sportive; • să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor; • să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale); • să alcătuiască programul tehnic de concurs; • să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii; • să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri; • să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară; • să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor; • să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice; • să-și autoevalueze nivelul pregătiri în arbitrajul competițiilor; <p>să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor.	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălilor de jocuri sportive și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Jocul pe posturi.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru jocurile sportive și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții de jocurile sportive.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli.	7		2	5
15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene și regulile generale pentru competiția Federațiilor internaționale la probe sportive individuale	7		2	5	
Total :		120	14	16	90	
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminare. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor</p>					

	<p>probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
<p>Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)</p>	<p>Notafinală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluare curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. <p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> Ciorba C și coautori "Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)". Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. "Teoria și metodică jocului de volei". Editura PIM, Iași, 2014, 145p. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.; <p style="text-align: center;">Handbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. 	

Compendiu. Master. Chişinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p.

3. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.
4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

Rugby

1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarencu N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chişinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. Bucureşti: FEST, 2004. 351 p.
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chişinău: Valinex, 2015. 128 p.

Baschet

1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chişinău, 2007. 152 p.
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p.
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chşn., 2016, P. 7 – 25

Tenis de masă

1. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.
2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.
3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chişinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe Sportive Individuale	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_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16		90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 120 ECTS, TC (jocurile sportive) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 120 ECTS (jocurile sportive) este de a familiariza studenții care se specializează în probe sportive individuale cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de lupte. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă, taberele de odihnă.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor. • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul probelor sportive individuale; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în probele sportive individuale; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în jocurile sportive; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii și tacticii în probele sportive individuale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii ritmice. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a luptătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p align="center">Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p align="center">Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs;

• asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălii de lupte forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălilor de probe sportive individuale;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel de integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor.	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălilor de juri sportive și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Probe de lupte.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru jocurile sportive și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții de jocurile sportive.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli.	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene și regulile generale pentru competiția Federațiilor internaționale la probe sportive individuale	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modul	Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminare. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor					

ului	<p>propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)	Notafinală	100%
	Notapentruevaluareaafinală	40%
	Notaevaluareacurentă	20%
	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%
	Notalucrulindividual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. 4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. 5. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p. 6. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. 	

7. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p.
8. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999.
9. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000.
10. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.
11. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.
12. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000. 135 p.
13. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.
14. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensități asupra organismului. / Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243.
15. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
16. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
17. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
18. Regulile de arbitraj în judo <https://judo.md/judomd/472-reguli-de-arbitraj-lupta-judo-2014-2016.html>
19. Визирякина В. А. Физическая подготовка стрелка-спортсмена: методические основы. Методические рекомендации. Белгородский район, 2018. 16 с.
20. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
21. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
22. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум», 2002. 160с.
23. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224с.
24. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243с
25. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
26. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 120 ECTS (înotul sportiv) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este de a familiariza studenții care se specializează la gimnastica ritmică cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă. • Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor. 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în anul I, semestrul 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p align="center"><i>Activitatea de pregătire a competiției:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p align="center"><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a bazinului forurilor administrative.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor; • să stabilească comisia de organizare a competiției; • să verifice funcționalitatea sălilor de gimnastica; • să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor; • să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale); • să alcătuiască programul tehnic de concurs; • să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii; • să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri; • să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției. <p style="text-align: center;">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară; • să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor; • să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice; • să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor; <p>să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.</p>
--	--

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinei și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Înotul cu procedeele stil liber, spate, bras, fluture, mixt și ștafetă	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru înot și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportivă	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele mondiale de înot (25m) și regulile generale pentru competiția F.I.N.A.	7		2	5
Total :			120	14	16	90

Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminare. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă,
--	---

	<p>învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Notafinală</p> <p>Notapentruevaluareafinală</p> <p>Notaevaluareacurentă</p> <p>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</p> <p>Notalucrulindividual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotărilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școlă" 3/2015, Chișinău, - P.66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта.Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 	

	11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с.
--	--

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru		Total	C	S	L/P	LI
			120	14	16	-	90
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Antrenament sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica. Cursul prevede de asemenea însușirea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă. • Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor. 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii ritmice. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p align="center">Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălii de gimnastica ritmică forurilor administrative.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor; • să stabilească comisia de organizare a competiției; • să verifice funcționalitatea sălii de gimnastica ritmică; • să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor; • să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale); • să alcătuiască programul tehnic de concurs; • să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii; • să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri; • să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției. <p style="text-align: center;">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară; • să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor; • să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice; • să-și autoevalueze nivelul pregătiri în arbitrajul competițiilor; <p>să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălii de gimnastica artistică și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Diferite echipamente pentru gimnastica ritmică.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica artistică și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor.	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	7		2	5	
Total :		120	14	16	90	
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a</p>					

	<p>anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notelor finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. 2. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. 3. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315. 4. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. 5. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. 6. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 7. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с. 8. Правила судейства по спортивной гимнастике 2021-2024. ФИЖ, 2021. 100 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			120
Regimuldisciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14	16	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria competițiilor”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Antrenament sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica artistică. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în gimnastica artistică; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii la gimnastica artistică sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Teoria competițiilor”, 120 ECTS este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii artistice; • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a gimnastelor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p align="center"><i>Activitatea de pregătire a competiției:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p align="center"><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs;

• asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a gimnastelor forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălilor de gimnastica artistică;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
- să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
- să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
- să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	22	2		20
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7	2		5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7	2		5
	7	Diferite programe la gimnastica ritmică.	7	2		5
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica ritmică și competiții. Reclama competiției.	7		2	5
	9	Dopajul în activitatea sportive.	7		2	5
	10	Caracterul competițiilor.	7		2	5
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate.	7		2	5
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	7		2	5
	13	Reclama competiției.	7		2	5
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	7		2	5
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile pra. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au					

	<p>mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentruevaluareaafinală	40%
	Notaevaluareacurentă	20%
	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%
	Notalucrulindividual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Dumitrescu E. Gimnastica artistică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. Ред Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. Крайждан О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 	



FACULTATEA SPORT

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Teoria competițiilor TC (atletism)					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism			Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>			
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	L/P	S	LI	
		120	14	-	16	110	
Nota de prezentare	<p>Procesul de pregătire a specialiștilor de înaltă calificare în domeniul educației fizice și sportului trebuie să includă și veriga ce se referă la organizarea și desfășurarea concursurilor sportive de diferit nivel, compartiment de importanță majoră în pregătirea viitorului antrenor în diferite ramuri și discipline sportive.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea în practică a competențelor profesionale în domeniul teoriei și practicii competiționale are un rol fundamental în formarea unui viitor antrenor în diferite probe de sport și rezolvă obiectivele ce se referă la formarea la studenții ciclului II de studii a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare.</p> <p>Teoria competițională contribuie plenipotențiar la formarea, la antrenorii diferitelor ramuri și probe de sport a competențelor necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a acestuia, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p> <p>Activitățile teoretice, de laborator și practico-metodice și desfășurate în cadrul disciplinei Teoria competițiilor, 120 ECTS (atletism) contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare</p>						

	<p>și creativitate. Acest modul reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.</p> <p>Modulul Teoria competițiilor, 120 ECTS (atletism) destinat studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură realizarea obiectivelor ce se referă la înzestrarea acestora cu cunoștințele necesare despre baza tehnico-materială a competițiilor în diferite ramuri și probe de sport, precum și despre regulamentul tehnic al concursurilor sportive, dar și formarea priceperilor și deprinderilor practice de organizare și desfășurare a competițiilor de nivel local și național.</p> <p>Teoria competițiilor se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 120 ECTS). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit organizarea și desfășurarea competițiilor sportive de nivel local și național la un nivel înalt.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască baza tehnico-materială pentru desfășurarea competiției, la proba de specializare, precum și regulile tehnice ale acesteia; - să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive; - să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă; - să efectueze analiza calității desfășurării manifestațiilor sportive de diferit nivel și să vină cu propuneri și soluții de îmbunătățire a nivelului de organizare și desfășurare a acestora; - să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv; - să aplice în practică tehnologiile moderne de planificare, organizare și desfășurare a manifestațiilor sportive pentru subiecți cu diferit nivel de pregătire sportivă, vârstă și sex; - să cunoască modul de funcționare a aparatelor de arbitraj și să fie apt să opereze cu acestea în procesul de desfășurare a competiției sportive la proba de sport de specializare; - să realizeze planificarea procesului competițional la proba de sport aleasă, dar și a activităților metodic-practice, științifice și educative cu referire la procesul de organizare și desfășurare a concursurilor la diferite probe de sport, în concordanță cu specialitatea aleasă; <p>În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională; - formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție; - formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia; - să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora; - să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea

sarcinilor educației morale și estetice;

- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor;
- desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivel de pregătire;
- analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;
- efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la atletism;
- să elaboreze planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive atletice de diferit nivel.

	Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Terenuri, instalații și materiale pentru desfășurarea competiției sportive la proba aleasă.	14	1	3	10
	2	Arbitrii sportivi și funcțiile lor. Personalul de conducere a competiției (oficialii concursurilor).	14	3	1	10
	3	Arbitrarea concursurilor de atletism. Reguli competiționale.	21	4	2	15
	4	Actele oficiale necesare pentru organizarea și desfășurarea unui concurs sportiv la proba aleasă	20	6	4	10
	5	Practica de arbitraj	51	-	6	45
	Total :			120	14	16

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Formele principale ale instruirii sunt cursurile teoretice și orele de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.

Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări delaborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Evaluarea calității însușirii materialului de studiu se realizează atât în procesul (de cel puțin de trei ori), cât și la sfârșitul studiului. Curriculumul modulului prevede participarea la seminarii și ore de curs în limita a cel puțin de 80%, în primul caz, și cel puțin de 90% - în cel de-al doilea. Masterandul trebuie să pregătească un referat-proiect de concurs sportiv la proba de specializare. Nota finală este rezultatul însumării notelor curente (60%) și a celei finale (40%). Nota finală este calculată ca nota medie a cel puțin două note obținute la seminar (test scris/practic) și nota pentru referat-proiect. Rezumatul este evaluat în conformitate cu schema de mai jos. Procedura de evaluare actuală și finală este reglementată de decizia conducerii departamentului de profil.</p>		
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>		<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p. 2. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p. 3. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p. 4. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p. 5. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2006. 144 с. 6. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2014-2015. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2013. 297 с. 7. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; Москва: Физкультура и спорт, 1976. 200 с. 8. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. Москва: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2004. 272 с. 9. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 187 с. 10. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 580 с. 11. http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/anti-doping (accesat la 4.01.2022). 		



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Probleme actuale de cercetare în cadrul domeniului de formare PACCDF					
Titularul cursului		Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Bufta Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenshi Dmitri, dr. în științe pedagogice, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A. 11	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		30	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, L/ P-M-lecții practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratnj@gmail.com catedra-natație@mail.ru atletism.sefs@mail.com gimnasticausefs@	Total	C	S	LI		
		120	14	16	90		

	<p>mail.ru</p> <p>catedra_PSI_use fs.md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>				
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Spațiul universitar este locul unde se formează, se instituie, se difuzează valori, dar este și locul unde se discută o serie de valori care nu sunt de acord cu unele comandamente sociale, etice, științifice, politice, ideologice. Aproape toți studenții urmează același traseu de instruire, toți cunosc aceleași idei, este repudiat comportamentul atipic, este sancționată gândirea rebela. Statutul celor din spațiul universitar difera foarte mult de cel al celor din învățământul preuniversitar, deoarece elevii sunt dependenți de autoritatea profesorală pe când studenții ajung la o autonomie mult mai pronunțată. Studentul este subiectul propriei sale deveniri, contribuind la propriul progres, autoperfectionându-se în mod conștient. Se pune problema unei reinvestiri valorice la nivelul practicilor academice, deoarece Universitatea are ca sarcină furnizarea unor competente cerute de circumstanțele sociale. Învățământul superior nu mai trebuie să formeze o elită capabilă de a conduce națiunea spre emancipare ci să furnizeze sistemului social indivizi capabili să răspundă satisfăcător la tot felul de angajamente. Universitatea va favoriza întâlnirea dintre știința, arta, filozofie, a tuturor componentelor culturale, astfel încât absolvenții să nu fie formați unilateral, numai în domeniul strict profesional, ci și în planul competențelor culturale și relaționale fără de care specializarea îngustă nu se justifică și nu se poate împlini. Disciplina „Probleme actuale de cercetare în cadrul domeniului de formare ”, 120 ECTS se adresează studenților USEFS din anii în care cuprinse în planul de învățământ această disciplină didactică, dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul jocurilor sportive.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive și a sportului.</p> <p>Curriculumul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii de antrenament sportiv și cu specificul jocurilor sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii jocurilor sportive, principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale antrenamentului.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive-social-economice.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului din domeniul antrenamentului sportiv, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice și sportului capabili de a utiliza elementele de ordin tehnico-științific în cadrul activităților de antrenorat desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului superior în diferite probe de sport ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul sportului, prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea specificului și aplicarea a noilor metode științifice în practica cotidiană ale antrenorului, care va asigura buna desfășurare a procesului de învățământ; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite</p>				

	<p>să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologie și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în anul I., semestrul 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretico-științifice și cercetările în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și grupuri la diferite probe de sport cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a procesului de antrenament sportiv de scurtă și lungă durată; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire la disciplinele la diferite probe de sport; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor științifice contemporane apărute în domeniul sportului de performanță la diferite probe de sport; • Susținerea și promovarea planificării antrenamentelor sportive și valorificării rezultatelor acumulate de sportivi, aplicând formele și metodele științifice specifice probei practicate; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al sportivelor și sportivilor în corespundere cu specificul probei sportive alese; • Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele competiționale moderne în ceea ce privește secțiile și grupurile de jocuri sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei APTȘPSA; ▪ să identifice metodele științifice care se aplică în procesul de antrenament sportiv cu jucători; ▪ să caracterizeze formele principale ale cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a cercetărilor pedagogice; ▪ să identifice normele specifice ale verificării pregătirii sportive la jucători; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică jocuri sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine formele și procedeele de valorificare a pregătirii sportive în proba sportive aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică diferite probe de sport; ▪ să analizeze și să explice pregătirea specifică a sportivului; ▪ să determine principiile selectării, planificării, aplicării ale metodelor științifice în valorificarea pregătirii tehnice ale sportivilor; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul procesului de antrenament cu sportivii de înaltă performanță, dar și în grupele cu diferite categorii de sportivi.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura organizării și asigurării a pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă; ▪ să îmbine cunoștințele specifice acumulate în procesul de pregătire a sportivelor; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea specială a sportivului ce practică diferite probe de sport; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Numărul de ore		
				C	S	LI
	1	Metodologia generală și particulară a cercetării în cadrul domeniului de formare.	6	2	-	4
	2	Tehnici și procedeele de cercetare. Educația fizică și sportului ca știință.	7	1	2	4
	3	Etapale formării științei activității corporale.	7	1	2	4
	4	Rolul ipotezei în cercetarea științifică	9	1	2	6
	5	Metodele de cercetare în domeniul probei sportive alese.	9	1	2	6
	6	Metoda chestionarului. Metoda anchetei. Metoda observației. Metoda studiului de caz.	9	1	2	6
	7	Tehnici cinematice, fotografice și cinematografice în domeniul antrenamentului sportiv.	9	1	2	6
	8	Metodologia folosirii tehnologiilor în domeniul cercetării activităților corporale în diferite probe de sport.	8	1	1	6
	9	Metodele statistico-matematice aplicate în cercetarea științifică a sportivelor la proba sportive aleasă.	10	1	1	8
	10	Tehnica documentării în cercetarea științifică efectuată în domeniul antrenamentului sportive la diferite probe de sport.	14	1	1	12
	11	Organizarea și managementul proiectelor de cercetare științifică în cadrul procesului de antrenament sportiv la diferite probe de sport.	14	1	1	12
	12	Conceptii științifice contemporane specifice domeniului antrenamentului sportiv.	9	1	-	8
14	Evaluarea în cercetarea științifică contemporană în diferite probe de sport.	9	1	-	8	
Total :			120	14	16	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile</p>					

	și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bota, Cornelia Ergofiziologie, Ed. Globus, București, 2000 2. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p. 3. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p. 4. Epuran, M. – Metodologia cercetării activităților corporale, Editura FEST, București, 2005 5. Cordun, Mariana Kinantropometrie, Ed. CDPRESE, 2009 6. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București 2006 7. Brown, Jennifer, W. Trochim, The role of Evaluation in Research– Practice, American Journal of Evaluation 30: 538-553, dec, 2009 8. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Chi. Editura Arc, 2008. – 312 p. 9. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. – Омск, 2003. 10. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуры и спорте. Мл - Academia, 2002. 11. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2 12. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9 13. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance</i>. Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0. 14. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity 	

in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.

14. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.

15. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*, *Journal of Sport Sciences Researches*, <http://dergipark.gov.tr/jssr>. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Buftea Victor

Polevaia – Secăreanu Angela

Scorțenchi Dmitri

Gorașcenco Alexandr



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS pentru învățământului postuniversitar, prin obiectivele și conținuturile didactice proiectate, urmărește perfecționarea continuă a pregătirii teoretico-științifice, metodice, motrice, funcționale și a experienței comportamentale, care, finalmente, va asigura unitatea dintre moralitatea, perfecțiunea fizică și tehnico-tactică a masterandului.</p> <p>Pregătirea tehnicii și tacticii în proba sportivă aleasă are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării nivelului de înțelegere, însușire și de perfecționare în studiu metodicilor de învățare/predare a acțiunilor tehnico-tactice specifice ramurii de sport alese de performanță, optimizării pregătirii tehnice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-reționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina TPTTPSA (jocurile sportive), 120 ECTS constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a acționa asupra acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii</p>						

	<p>permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina TPTPSA (jocurile sportive), 120 ECTS contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților ciclului II în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în proba ramurii sportive alese din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific ramurii sportive alese; • obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei TPTPSA (jocurile sportive) studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentul sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în PSA. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, masteranzii USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 180 de ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei TPTPSA, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații tehnico-tactice, procese de pregătire tehnico-tactică; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunea pregătirea tehnică, tactică și clasificarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; - să cunoască tehnica și combinațiile tehnice în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în pregătirea tehnică; - a distinge metodele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă; - să cunoască cerințele de învățare a acțiunilor tehnice în ramura sportivă aleasă; - să cunoască etapele de instruire a acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; - să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării acțiunilor tehnice și tactice în proba

sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferit nivel de pregătire a sportivului în proba sportivă aleasă;
- selectarea corectă a metodelor de instruire și aplicarea lor diferențiată în procesul de pregătire tehnico-tactică în dependență de contingentul de subiecți.
- să aplice metodele de instruire tehnicii corespunzător scopurilor antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă;
- să elaboreze etapele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă;
- să selecteze bine metodicile de instruire pentru fiecare acțiune tehnico-tactică;
- să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea tehnică, tactică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă.

La nivel de integrare:

- să elaboreze un plan pentru pregătirea tehnico-tactică pentru sportivii în proba sportivă aleasă;
- să desfășoare etapele de instruire a tehnicii individual sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea tehnică, tactică a sportivilor din proba sportivă aleasă;
- să optimizeze programele pentru perfecționarea acțiunilor tehnico-tactice din proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive în PSA.	12	2	4	6
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament în PSA.	12	2	4	6
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor în PSA.	10	2	2	6
	4	Metodele de instruire și perfecționarea tehnicii sportive în PSA.	10	2	2	6
	5	Mijloace de învățare și perfecționare a tehnicii sportive în PSA.	14	2	6	6
	6	Dezvoltarea aptitudinilor motrice a tehnicii sportive în PSA.	16	2	8	6
	7	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportive în PSA.	14		8	6
	8	Formele de angajare pentru însușirea procedurilor în condiții apropiate de concurs în PSA.	16	2	8	6
	9	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor în PSA.	14		8	6
	10	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă în PSA.	16	2	8	6
	11	Stabilirea variantelor tehnico – tactice în activitatea sportivă în PSA.	18	2	8	8
	12	Stabilirea variantelor tehnico – tactice în cadrul antrenamentului sportiv și competiției în PSA.	16	2	8	6
	13	Mijloacele utilizate în cadrul procesului de instruire, pentru însușirea și perfecționarea sistemelor tactice de bază.	12		6	6
	Total :		180	20	80	80

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei TPTTPSA, în cadrul catedrei Teoria și Metodica Jocurilor, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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	<p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. <p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> Ciorba C și coautori "Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)". Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. "Teoria și metodica jocului de volei". Editura PIM, Iași, 2014, 145p. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.; <p style="text-align: center;">Handbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: 											

Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.

4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

Rugby

1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarencu N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.

2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.

3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.

Baschet

1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.

2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p.

3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, P. 7 – 25

Tenis de masă

1. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.

2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.

3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.

4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.

2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.

3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.

2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.

3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia - Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-Master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra PSI usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20		80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS, TPTTPSA (probe sportive individuale) pentru învățământului postuniversitar, prin obiectivele și conținuturile didactice proiectate, urmărește perfecționarea continuă a pregătirii teoretico-științifice, metodice, motrice, funcționale și a experienței comportamentale, care, finalmente, va asigura unitatea dintre moralitatea, perfecțiunea fizică și tehnico-tactică a masterandului.</p> <p>Pregătirea tehnicii și tacticii în proba sportivă aleasă are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării nivelului de înțelegere, însușire și de perfecționare în studiu metodicilor de învățare/predare a acțiunilor tehnico-tactice specifice ramurii de sport alese de performanță, optimizării pregătirii tehnice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-relaționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina TPTTPSA, 120 ECTS (probe sportive individuale) constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a</p>						

	<p>acționa asupra acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina TPTTPSA (jocurile sportive) contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților ciclului II în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în proba ramurii sportive alese din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific ramurii sportive alese; • obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei TPTRSA, studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentul sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în PSA. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, masteranzii USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, o 100 de ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei TPTTPSA, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații tehnico-tactice, procese de pregătire tehnico-tactică; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunea pregătirea tehnică, tactică și clasificarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; - să cunoască tehnica și combinațiile tehnice în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în pregătirea tehnică; - a distinge metodele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă; - să cunoască cerințele de învățare a acțiunilor tehnice în ramura sportivă aleasă;

- să cunoască etapele de instruire a acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă;
 - să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării acțiunilor tehnice și tactice în proba sportivă aleasă.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferit nivel de pregătire a sportivului în proba sportivă aleasă;
 - selectarea corectă a metodelor de instruire și aplicarea lor diferențiată în procesul de pregătire tehnico-tactică în dependență de contingentul de subiecți.

- să aplice metodele de instruire tehnicii corespunzător scopurilor antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă;
 - să elaboreze etapele de instruire a tehnicii în proba sportivă aleasă;
 - să selecteze bine metodicile de instruire pentru fiecare acțiune tehnico-tactică;
 - să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea tehnică, tactică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă.

La nivel de integrare:

- să elaboreze un plan pentru pregătirea tehnico-tactică pentru sportivii în proba sportivă aleasă;
 - să desfășoare etapele de instruire a tehnicii individual sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea tehnică, tactică a sportivilor din proba sportivă aleasă;
 - să optimizeze programele pentru perfecționarea acțiunilor tehnico-tactice din proba sportivă aleasă.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Generalități despre tehnica proba sportivă aleasă.	12	2	4	6
	2	Factorii ce stau la baza procesului de perfecționare în tehnica probei sportive alese.	12	2	4	6
	3	Importanța pregătirii tehnice în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	4	Corelația dintre pregătirea tehnică și pregătirea tactică în proba sportivă aleasă.	10	2	2	6
	5	Sucesiunea învățării acțiunilor motrice din care este constituit procedeul tehnic.	14	2	6	6
	6	Clasificarea (gruparea) tehnicii în proba sportivă aleasă.	16	2	8	6
	7	Mijloacele pentru învățarea și perfecționarea procedeele tehnice în proba sportivă aleasă	14		8	6
	8	Formele de angajare pentru însușirea procedeele în condiții apropiate de concurs.	16	2	8	6
	9	Procesul de automatizare a procedeele. Procedeele "cheie" sau procedeele "preferate".	14		8	6
	10	Generalități despre tactica în proba sportivă aleasă.	16	2	8	6
	11	Întocmirea planului tactic al sportivului începător și sportivului de performanță.	18	2	8	8

	12	Sistemele tactice.	16	2	8	6
	13	Mijloacele utilizate în cadrul procesului de instruire, pentru însușirea și perfecționarea sistemelor tactice de bază.	12		6	6
		Total :	180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei TPITPSA, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. 4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. 5. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească "trînta" cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p. 6. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. 7. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. 8. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. 9. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000. 					

10. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.
11. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.
12. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p.
13. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.
14. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. P. 14-68, 135-148.
15. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243.
16. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
17. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
18. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
19. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимическая мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
20. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
21. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум», 2002. 160 с.
22. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224 с.
23. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243 с.
24. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
25. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.
26. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114.
27. Невзоров А. А. Тракт о школьной посадке / А.А. Невзоров. М.: «АСТ», 2008. 127 с.
28. Петушкова Е.В. Характеристика международного конного спорта / Е.В. Петушкова. М.: «Мгафк», 2000. 65 с.
29. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с.
30. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000. 480 с.
31. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба, Научно-методические основы многолетней подготовки борцов, «Высшая школа», 1997. 189 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Diacenco Eugenia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru			180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (înotul sportiv) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (înotul sportiv) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă” este planificată în an I, sem. II, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de înotătorii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la înotătorii de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei; - Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate; - Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;

- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a înotătorilor de performanță;
 - Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de înot medii și lungi;
 - Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	LP	LI
1.	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la înot.	4	2		2
2.	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la înot.	4	2		2
3.	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor înotători.	4	2		2
4.	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la înot.	4	2		2
5.	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la înot.	4	2		2
6.	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la înot.	4	2		2
7.	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor înotători.	4	2		2
8.	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la înot.	4	2		2
9.	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la înot.	4	2		2
10.	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la înot.	4	2		2
11.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe spate (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
12.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
13.	Perfecționarea tehnicii înotului fluture (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
14.	Perfecționarea tehnicii înotului bras (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
15.	Perfecționarea tehnicii înotului mixt (pe elemente, în coordonare).	6		4	2
16.	Perfecționarea tehnicii starturilor și întoarcerilor la procedeul de bază și la înotul mixt.	6		4	2
17.	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare).	16		8	8
18.	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază.	6		4	2
19.	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază.	6		4	2
20.	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază.	6		4	2
21.	Perfecționarea metodei de control de antrenament (înotul mixt, prin procedeul de bază).	6		4	2
22.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

	23.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25.	Înotul cu ajutorul picioarelor, brațelor și în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul de practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Caunsilmen D. E. Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. Maglischo E.W. Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки ловца. Книга тренера. - 					

- М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3.
7. Булгакова Н. Спортивное плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 1996.
 8. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001.
 9. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013.
 10. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
 11. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
 12. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012.
 13. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5.
 14. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4.
 15. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
 16. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.
 17. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012.
 18. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. К.: Олимпийская литература, 2000.
 19. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. – 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4.
 20. Таормина Ш. Секреты быстрого плавания для пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 176 с. ISBN 978-5-91657-711-2.
 21. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.

Data completării: 01.09.2021

Diacenco Eugenia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS este planificată în an I, sem. 2, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de gimnastii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastica ritmică, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale, leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la gimnastii de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei; - Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate;

- Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;

- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a sportivilor de gimnastica ritmică de performanță;

- Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de gimnastica ritmică medii și lungi;

- Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la gimnastica ritmică.	4	2		2
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la gimnastica ritmică.	4	2		2
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor la gimnastica ritmică.	4	2		2
	4	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la gimnastica ritmică.	4	2		2
	5	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la gimnastica ritmică.	4	2		2
	6	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică.	4	2		2
	7	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor la gimnastica ritmică.	4	2		2
	8	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la gimnastica ritmică.	4	2		2
	9	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la gimnastica ritmică.	4	2		2
	10	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la gimnastica ritmică.	4	2		2
	11	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica ritmică.	6		4	2
	12	Perfecționarea tehnicii la gimnastica ritmică.	6		4	2
	13	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica ritmică.	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii la diferite aparate la gimnastica ritmică.	6		4	2
	15	Perfecționarea tehnicii mixt la gimnastica ritmică.	6		4	2
	16	Perfecționarea tehnicii întoarcerilor la procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	17	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare) la gimnastica ritmică.	16		8	8
	18	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	19	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2
	20	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază la gimnastica ritmică.	6		4	2

	21	Perfecționarea metodei de control de antrenament.	6		4	2
	22	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8
	23	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25	Gimnastica ritmică în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. 					

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">6. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки.7. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p.279-315. |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În conformitate cu planul de studii disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este destinată să asigure pregătirea profesională a studenților masteranzi prin implementarea cursurilor teoretice și a seminarelor practico-metodice desfășurate prin orele de contact direct și a lucrului individual. Procesul de instruire auditorial și activitatea de lucru individual vor contribui la formarea competențelor specifice privind capacitățile de implementare a principiilor și metodelor de învățare a elementelor tehnice și acțiunilor tactice în cadrul antrenamentului sportiv. În structura și conținutul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico - tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica artistică) vor fi incluse etapele de însușire a elementelor tehnico-tactice începând cu perioada de inițiere în sport și terminând cu perioada de măiestrie sportivă.</p>						

	<p>În cadrul pregătirii profesionale a studenților-masteranzi va trebui de luat în considerație tipologia personalității antrenorului. În acest sens sunt acceptate unele direcții de sistematizare a tipurilor de antrenori cum ar fi stilul și sistemul de muncă, orientarea și concepția de pregătire, temperamentul, caracterul și în special profilul determinat prin atribuțiile tehnicianului care trebuie să manifeste o înaltă specializare tehnico-tactică, funcțională și psiho-fizică.</p> <p>Prin tematica orientativă propusă se va contribui la formarea competențelor profesionale, asigurând astfel însușirea conceptelor teoretico-metodice ale viitoarei activități de antrenorat aplicându-le eficient în procesul de pregătire a sportivilor de înaltă performanță.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este planificată în an I, sem. 2, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica artistică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea tehnicii sportive aplicate de gimnastii de elită mondială; • evidențierea celor mai importante elemente tehnice care contribuie la îmbunătățirea rezultatului sportiv; • efectuarea analizei biomecanice a elementelor tehnico-tactice și a tehnicii sportive în ansamblu; • utilizarea eficientă a parametrilor de forță, viteză și orientarea în spațiu în procesul realizării elementelor tehnico-tactice; • respectarea cu strictețe a variantelor tehnico-tactice stabilite în cadrul antrenamentelor de către antrenor aplicându-le eficient în concursurile sportive; • identificarea părților prioritare și celor mai puțin dezvoltate din punct de vedere tehnico-tactic pentru a construi acțiuni eficiente în procesul competițional; • analiza cu minuțiozitate a succeselor și insucceselor produse în cadrul competițional, elaborând astfel variante tehnico-tactice cu rentabilitate mai eficientă. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastica ritmică, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale în cadrul diversității culturale, leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să însușească bazele teoretice și metodologice ale tehnologiei pregătirii tehnico-tactice a înotătorilor ca disciplină obligatorie. - În procesul instruirii înotătorilor să poată comunica și organiza eficient pregătirea tehnico-tactică. - Să obțină cunoștințe și să perfecționeze aptitudinile și atitudinile de bază la nivelul cerințelor actuale. - Să cunoască tehnica și tactica contemporană aplicată la gimnastele de mare performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede atitudini pedagogice tehnice, metodice în predarea disciplinei;

- Să aplice eficient cunoștințele teoretice de specialitate;
- Să implementeze în cadrul antrenamentului metode și mijloace eficiente în vederea însușirii unei tehnici și tactici performante în cursa de înot practică;
- Să creeze o bază didactico-materială pentru realizarea planurilor de modernizarea procesului de antrenament tehnico-tactic.

La nivel de integrare:

- Să elaboreze și să implementeze planurile de perspectivă în cadrul procesului de antrenament în special pregătirea tehnico-tactică a sportivilor de gimnastica artistică de performanță;
- Să aplice elemente formativ-creative în vederea utilizării diverselor variante tehnico-tactice la distanțele de gimnastica artistică medii și lungi;
- Să implementeze în cadrul antrenamentelor elemente de studii și de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea tehnică factor important în obținerea performanțelor sportive la gimnastica artistică.	4	2		2
	2	Modelarea pregătirii tehnice în cadrul procesului de antrenament la gimnastica artistică.	4	2		2
	3	Eficiența instruirii și etapele pregătirii tehnice a sportivilor la gimnastica artistică.	4	2		2
	4	Metodele și mijloacele de învățare și perfecționarea tehnicii sportive la gimnastica artistică.	4	2		2
	5	Dezvoltarea aptitudinilor motrice la gimnastica artistică.	4	2		2
	6	Importanța pregătirii tactice în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică.	4	2		2
	7	Modelarea pregătirii tactice a sportivilor la gimnastica artistică.	4	2		2
	8	Bazele pregătirii tactice în activitatea sportivă la gimnastica artistică.	4	2		2
	9	Stabilirea variantelor tehnico-tactice în cadrul antrenamentului și competiției la gimnastica artistică.	4	2		2
	10	Etapele pregătirii și perfecționării tehnico-tactice în activitatea sportivă la gimnastica artistică.	4	2		2
	11	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica artistică.	6		4	2
	12	Perfecționarea tehnicii la gimnastica artistică.	6		4	2
	13	Perfecționarea tehnicii în coordonare la gimnastica artistică.	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii la diferite aparate la gimnastica artistică.	6		4	2
	15	Perfecționarea tehnicii mixt la gimnastica artistică.	6		4	2
	16	Perfecționarea tehnicii întoarcerilor la procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	17	Perfecționarea tehnicii procedeului de bază (pe elemente, în coordonare) la gimnastica artistică.	16		8	8
	18	Perfecționarea metodei de antrenament cu intervale prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	19	Perfecționarea metodei de antrenament variabil prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2

	20	Perfecționarea metodei repetate de antrenament prin procedeul de bază la gimnastica artistică.	6		4	2
	21	Perfecționarea metodei de control de antrenament.	6		4	2
	22	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou constant.	16		8	8
	23	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu diferit tempou, ritm și pas.	16		8	8
	24	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu tempou, ritm și pas indicat.	16		8	8
	25	Gimnastica artistică în coordonare prin procedeul de bază cu viteză constantă.	16		8	8
	Total :		180	20	80	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste/normative de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 					

	<p>р.</p> <ol style="list-style-type: none">5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.7. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.8. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с.
--	--

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă * TPTTPSA (atletism)					
Titularul cursului		Mruț Ivan, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		100	Studiu individual	80	Total ore pe semestru		180
Regimul discipline (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L/P-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20		80	80	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (atletism) este partea componentă a planului de învățământ al anului I,semestrul II, secția zi, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul sportului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la magistratura a USEFS.</p> <p>Curriculumul disciplinei „Tehnologia pregătirii tehnico – tactice în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (atletism) este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice, didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul educației fizice și sport cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul atletismului. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera atletismului. 						

	<p>3. Aplicarea legislației în domeniul Atletismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.</p> <p>4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare sportului.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; • Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului și evaluării tehnicii probelor atletice • Utilizarea metodologiilor de analiză și perfecționarea tehnicii a probelor atletice; • Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism. • Instruirea și perfecționarea tehnicii probelor de atletism. • Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului. • Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale perfecționării pregătirii atleților. • Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul atletismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul educației fizice și sport.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei “Tehnologia pregătirii tehnico-tactice în proba de sport aleasă”; • să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism: marș sportiv; alergări; sărituri; aruncări; poliatioane; • să cunoască metodica de desfășurare ședințele practice cu subiecții de diferite vârste cu diferite probleme funcționale ale organismului; • să cunoască metodica de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea. • să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul educației fizice și sport. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; • să explice esența și structura probelor atletice. <p>➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta turistică;</p>

		să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	Cursuri teoretice - 20 ore					
	1	Perfecționarea ca proces pedagogic. Principiile, sarcinile și mijloacele de perfecționare. Metodele de perfecționare. Sarcina tipică de perfecționare a mișcărilor Evaluarea mișcărilor..	5	2		3
	2	Exercițiile de dezvoltare fizică generală, ajutoare și speciale folosite în procesul perfecționării probelor atletice. ESAA și folosirea lor la lecțiile de atletism și antrenamentul sportiv	5	2		3
	3	Ședința de antrenament și lecția de atletism – forma d bază de organizare a lucrului profesorului	5	2		3
	4	Particularitățile perfecționării a probelor atletice. Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la orele de atletism	5	2		3
	5	Antrenamentul sportiv ca procesul de dirijare de activitate motrică	5	2		3
	6	Criteriile obiective de evaluare maiestriei sportive	5	2		3
	7	Parametrii, faze și elemente principale în coordonarea mișcorilor și reflectarea lor în ritmul actului de mișcare	6	2		4
	8	Orientarea și activitatea spotivului.	7	2		5
	9	Principiile dirijării procesului de perfecționare maiestriei sportive	4	2		2
	10	Mijloace și metode de instruire și perfecționare. Schema tipică de perfecționare a probelor atletice. Lecția de atletism	5	2		3
	Lecții practico-metodice – 80 ore					
	11	Perfecționarea tehnicii probelor de alergări (viteză și ștafetă)	14	10		4
	12	Perfecționarea tehnicii probelor de marș sportiv	8	4		4
	13	Perfecționarea probelor de sărituri orizontale	12	12		4
	14	Perfecționarea probelor de aruncări	20	16		4
	15	Perfecționarea tehnicii alergărilor de viteză	10	6		4
	16	Perfecționarea tehnicii alergărilor de ștafetă	8	4		4
	17	Perfecționarea tehnicii marșului sportiv	8	4		4
18	Perfecționarea tehnicii săriturii în lungime cu elan	13	8		5	
19	Perfecționarea tehnicii săriturii triple cu elan	7	4		3	
20	Perfecționarea tehnicii aruncării greutateii	10	6		4	

	21	Perfecționarea tehnicii aruncării suliței	10	6	4
		Total :	180	100	80
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (pondera 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ababei R. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. – Bacău: Editura corpului didactic, 2006. 145 p. 2. Alexandrescu D.C., Atletism – Prelegeri. Curs de atletism. Curs de specializare, anul IV. – I.E.F.S. – București, 1991. – P. 20. 3. Alexandrescu D.C., Metodica antrenamentului în probele de atletism. Curs de specializare an. IV. Vol. I. – I.E.F.S. – București, 1978. – P. 30. 3. Alexe N. Antrenamentul sportiv modern. - București: EDITIS, 1993.– 530 p. Atanasiu Cl. Particularitățile de creștere la copii și juniori și valorificarea lor în antrenament // Revista E.F.S. – București, 1993. – P.85-87. 4. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 5. Belloti P. și colab., Antrenamentul sportiv și calitățile fizice. – Athleticastudi. – Centru de studii Fidal. – 1983. – P. 16-50. 6. Bompa T. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. – București: Ex-Ponto CNFPA, 2002. – P. 17-85. 				

7. Cecilia Gevat, Alin Larion „Leții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. Cometti G., Bazele științifice ale dezvoltării musculare – AEFA, 1987. – P. 39-58.
8. Cometti G., factorii structurali și nervoși de la baza forței musculare și metode pentru dezvoltarea forței // Sportul de performanță, nr. 332. – M.T.S. – C.C.P.S., București, 1992. – P. 26-36.
9. Cometti G., Pliometria. – UFRSTAPS. – Dijon, 1988. – P. 36-42.. Daniel G. Teoria antrenamentului sportiv. - București: Editura Fundației România de Măine, 2005. – 132 p.
10. Diacikov V.M., Săriturile în atletism. – Tineretului, Cultură Fizică și Sport. – București, 1956. – P. 151.
11. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. Dotti A., Nicolini I., Mijloace și metode pentru antrenamentul modern (traducere din limba italiană). – C.C.P.S., București, 1992. – P. 182-231.
12. Dragnea A. Teoria sportului. – București: FEST, 2002. – P. 3-154. Dragnea A., Bota A. 13. Teoria activităților motrice. – București: Didactică și Pedagogică, 1999. – P. 31-58.
14. Dragnea A., Teodorescu Mate S., Teoria sportului. – FEST. – București, 2002. – P. 610. 15. Homenkov L.S., Atletism / (traducere). – Sport-Turism. – București, 1977. – P. 210-240. 16. Matveev L.P., Novicov A.D., Teoria și metodică educației fizice. – Sport-turism. – București, 1980. – P. 600.
17. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 18. Mihăilescu N.L., Atletism – Optimizarea și raționalizarea antrenamentelor. – Universitatea din Pitești. – Pitești, 2003. – P. 136.
19. Ozolin N.G., Metodica antrenamentului sportiv. – Stadion. – București, 1972. – P. 263.
20. Platonov V.N., Teoria și metodică antrenamentului sportiv. – (traducere). – Kiev, 1984. – Glavnoe Izdatelstvo, izdateliskogo ordena, Visa, Skoda. – P. 60-95.
21. Hirtz P., Perioadele sensibile în dezvoltarea coordonării motrice (Universitatea Ernst-Moritz-Arund, Greifswald, Institutul pentru sport, Varșovia). Verhoșanski Iu.V., Antrenamentul eficient (traducere). Berlin, 1988. – P. 14.
22. Verhoșanski Iu. V., Antrenamentul specific de forță. – Metodologia antrenamentului. – M.T.S., C.C.S.P. – București, 1993. – P. 180.
23. Дьячков В.П. Совершенствование технического мастерства спортсменов Москва: ФиС, 1979.
24. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989.
25. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976.

Data completării: 01.09.2021

Mruț Ivan



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Practica de antrenorat – I					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolachi Alexei, lect. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului		Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	10	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		70	Studiu individual	230	Total ore pe semestru		300
Regimul disciplinei							
Catedra	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru atletism.sefs@		Total	C	L/P	S	LI
			300	10	60	-	230

	<p>mail.com</p> <p>gimnasticausefs@ mail.ru</p> <p>catedra_PSI_uefs. md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>			
<p>Nota de prezentare</p>	<p>În procesul pregătirii specialiștilor cu înaltă calificare, cel mai important îl are practica profesională orientată, care este una dintre verigile de bază ale sistemului educațional. Ea are o funcție de formare a sistemului, care are ca scop consolidarea efectivă, la studenții ciclului II de studii, a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare. Practica are un mare potențial de a forma la viitorul specialist competențele necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a unui viitor antrenor, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p> <p>Activitățile organizate și desfășurate în cadrul practicii contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare și creativitate. Acest stadiu de practică reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.</p> <p>Practica de antrenorat a studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură implementarea sarcinilor sale în cadrul activității cu sportivii din GIU (grupele de instruire și antrenament) și GPS (grupele de perfecționare sportivă).</p> <p>Practica de antrenorat – I, TAS (120 ECTS) se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 120 ECTS). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit desfășurarea activităților de antrenorat la un nivel profesional înalt.</p>			
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului; - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, diligență, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formuleze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil 			

de viață sănătos, nevoii de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.;

- să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului;
- să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor;
- să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv;
- să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex;
- să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională;
- să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament;
- să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale;
- să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament;
- să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții;
- să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament;
- să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora;
- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;
- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;
- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul - stagiatar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrice și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);
- să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive;
- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;
- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;
- să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv;
- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;
- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;
- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;
- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;
- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);
- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;
- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;
- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;
- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;
- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;
- formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia;
- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;
- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;
- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiectivelor și a modului de soluționare a lor;
- realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor;
- desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire;
- analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;

	<p>- efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.</p> <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la proba sportivă aleasă; ▪ să elaboreze programe de antrenament la proba sportive aleasă, precum și planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive la proba sportive aleasă de diferit nivel. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LP	LI
	1	Organizational si informational	44	3		7	34
	2	Instructiv-metodic	138	5		27	106
	3	Sportiv de masă	29			8	21
	4	Educativ	24			6	18
	5	Instructivă de cercetare	45	2		8	35
	6	Agitație și propagandă	10			2	8
	7	Administarativ - logistic	10			2	8
		Total :	300	10	-	60	230
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări delaborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală Evaluarea inițială a activității studentului – stagiar se efectuează de metodistul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării stagiului de practică. Nota finală a activității</p>						

	<p>studentului–stagiari se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și metodistul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiari pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. București: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișmru: USEFS, 2009. 18 p. 4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. 5. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice on școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 6. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 7. Secrieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iaei, 2002. 8. Ciorba C și coautori ”Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)”. Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; 9. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metoda jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145 p. 10. Niculescu, Ionela. ”Volei”, Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p. 11. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. 12. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7. 150 p. 13. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p. 14. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с. 15. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p. 16. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p. 17. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p. 18. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p. 19. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p. 20. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, p. 7 – 25. 21. Moisescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, 	

- România, 2013. p. 25-83.
22. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.
 23. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями: монография. - Москва: ИНФРА-М, 2022. - 313 с. ISBN 978-5-16-015465-7.
 24. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И. и др. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 432 с. ISBN 5-7695-1989-4.
 25. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. -М., 1976. 64 с.
 26. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. -176с.
 27. Ганчар И.Л. Плавание: теория и методика преподавания спортивного-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007.
 28. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования. Одесса «Друк», 2006, 699 с.
 29. Гилев Г.А. Малиновский С.В. Тренажёр для специальной подготовки пловцов// Теория и практика физкультуры. 1976.- № 7. с. 67-69.
 30. Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажёрных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. -М., 1978. 21 с.
 31. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСиТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092.
 32. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
 33. Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. -М.: физкультура и спорт, 2003, 80 с.
 34. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
 35. Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983.
 36. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320 с.
 37. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
 38. Платонов В.Н. –Плавание. Киев: Олимпийская литература, 2000.
 39. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.
 40. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012
 41. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич. пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3
 42. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.
 43. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p.

44. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
45. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
46. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
47. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.
48. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с.
49. Buftea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. În: Didactica gimnasticii. Vol.I. Teorie și metodologie. Coord. T.
50. Grimalschi, E. Filipenco, Chișinău: USEFS, 2013, p.178-205.
51. Cerghit I. Metode de învățământ. Ed. A IV-a revăzută și adăugată. Iași: Polirom, 2006, p. 20.
52. Grimalschi T. Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p. 11-65.
53. Sălăvăstru D. Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale. Iași: Polirom, 2006, p. 5-210.
54. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/np0/20120325214132.pdf>
55. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnve-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
56. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
57. <http://sdr.lysva.biz/page13.html>
58. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlva-prepodavatele/128-chtotakoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
59. <https://infourok.ru/ponyatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva-1198707.html> (accesat 11.01.22)
60. <https://studfiles.net/preview/3355746/> (accesat 11.01.22)
61. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/np0/20120325214132.pdf> (accesat 11.01.22)

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Buftea Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II, SEMESTRUL 3

ANUL II, SEMESTRUL 3							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de antrenament în sportul adaptiv					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Bufta Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 03 O.14	Anul	II	Semestrul	3
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	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, LP-lucrări practice, LI - lucrul individual)				
e-mail	catedratmj@gmail.com catedra-nataie@mail.ru atletism.sefs@mail.com gimnasticausefs@mail.ru catedra_PSI_uefs.md@mail.ru catedra-nataie@mail.ru		Total	C	S	L	LI
			150	20	6	14	110

<p>Nota de prezentare</p>	<p>Conținutul și modul de organizare a acestui modul au fost elaborate în conformitate cu curriculumul USEFS (ISCED - 7, 82.Cultură fizică și sport., Programul de masterat - TAS) (Aprobat prin Hotărârea Senatului USEFS din 23.06.2016, proces verbal nr.6). La rândul său, planul de învățământ a fost elaborat în conformitate cu prevederile Codului Educației, adoptate de Parlamentul Republicii Moldova la 17 iulie 2014 (152) și Planul-cadru pentru studii superioare, aprobate prin Ordinul Ministrului Educației al Republicii Moldova nr. 1054 din 10.09.2015.</p> <p>Concretizarea scopului permite formularea obiectivelor modulului:</p> <ul style="list-style-type: none"> - adaptarea studenților la condițiile și cerințele viitoarelor lor activități profesionale; - să dezvolte nevoia masteranzilor de a se autoperfecționa profesional; - formarea unui interes constant în activitatea profesională aleasă, stimularea nevoii de implementare eficientă a cunoștințelor și aptitudinilor dobândite, ca parte a rezolvării independente de sarcini didactice specifice; - formarea competențelor inițiale la masteranzi în organizarea și desfășurarea activităților de instruire și antrenament, sportive de masă, pentru a dobândi experiență în îndeplinirea funcțiilor profesionale necesare antrenorului-profesor în sportul adaptiv; - să însușească tehnologiile de desfășurare a diferitelor tipuri de ședințe de instruire și antrenament, ținând seama de sex, vârstă, starea de sănătate și caracteristicile devierii de la norma în starea de sănătate a celor ce practică sportul adaptiv; - formarea responsabilității civice și profesionale la masteranzi pentru calitatea procesului educațional; - formarea la masteranzi a competențelor de implementare a competențelor profesionale semnificative etc. <p>Scopurile și obiectivele de mai sus ale modulului "Tehnologii de antrenament în sportul adaptiv", 120 ECTS corespund totalmente strategiei de dezvoltare instituțională a Universității.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate necesare în formarea unui stil de viață sănătos, nevoia de activități fizice sistematice, o poziție activă de viață etc. • să selecteze și să utilizeze literatura metodologică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizare activității profesionale de către antrenorul-profesor în sportul adaptiv; • să elaboreze documente de planificare, de evidență și control în cadrul organizațiilor educaționale și sportive; • să elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament, în concordanță cu etapa pregătirii multianuale, nivelul de pregătire a subiectului, sexul și vârstă acestuia etc. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p>

	<p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-susținere..</p>						
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască tehnologiile de dezvoltare a abilităților motrice care determină creșterea rezultatelor în proba de specializare a persoanelor cu dizabilități intelectuale, cu deficiențe de auz, cu deficiențe de vedere, cu deficiențe ale sistemului musculo-scheletal etc • să cunoască tehnologii inovatoare pentru creșterea nivelului de pregătire fizice și funcțională în proba de atletism • să cunoască criteriile de eficiență a procesului de antrenament • să cunoască legitățile organizării antrenamentului în diferite condiții climate - geografice în diferite faze ale COM • să cunoască organizarea evenimentelor de diagnosticare a nivelului de pregătire al sportivilor cu devieri în starea de sănătate etc <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să utilizeze o varietate de opțiuni pentru desfășurarea ședințelor de antrenament, ținând seama de vârsta, caracteristicile morfofuncționale și mentale ale sportivilor, nivelul pregătirii fizice și sportive, starea de sănătate (cu deficiențe de auz, de vedere, ale aparatului musculo-scheletic, în dezvoltarea intelectuală etc.) • întocmește documente pentru desfășurarea concursurilor sportive cu persoane, cu devieri în starea de sănătate • să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilaje și echipamente sportive pentru instruirea persoanelor cu devieri în starea de sănătate • să diagnosticheze nivelul de pregătire a sportivilor (calitățile motrice, capacități funcționale, deprinderi motrice etc.) • programarea conținutului și a variantelor pentru organizarea procesului de pregătire a sportivilor în cicluri de instruire cu diferită durată • să monitorizeze și să dozeze eforturile de antrenament, ținând seama de caracteristicile sexului și vârstei celor implicați în activitatea de instruire și antrenament <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive • să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studierea tendințelor în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvoltarea strategiilor și tacticii de utilizare a tehnologiei etc 						
Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul	N/ crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	C	S	L	LI
	1	Disabilitate, Cultură Fizică Adaptivă și Sportul Adaptiv (aparat conceptual, specificarea problemei, soluții, tendințe de dezvoltare, integrare și diferențiere etc).	5	1			4
	2	Sportul Adaptiv (apariția, caracteristicile, scopurile și obiectivele, funcțiile, tendințele de dezvoltare moderne, managementul etc).	5	1			4
	3	Clasificarea persoanelor ce practică sportul adaptiv (principii și tipuri de clasificări, organizarea și desfășurarea clasificării medicale și sportive-funcționale, principalele grupe de beneficiari).	5	1			4
	4	Mișcarea Paralimpică, Deflimpică și Specială Olimpică, modele de activitate competițională în Sportul Adaptiv, modelul tradițional și modelul netradițional de organizare a competițiilor la Special Olympics.	5	1			4
	5	Lecția de recalculare	2		2		
6	Caracteristicile conținutului și organizarea procesului de instruire a	10	2		2	6	

	persoanelor cu dizabilități intelectuale (în proba de specializare).					
7	Caracteristicile conținutului și organizarea procesului de instruire a persoanelor cu deficiențe de auz (în proba de specializare).	10	2		2	6
8	Caracteristicile conținutului și organizarea procesului de instruire a persoanelor cu deficiențe de vedere (în proba de specializare).	10	2		2	6
9	Caracteristicile conținutului și organizarea procesului de instruire a persoanelor cu deficiențe ale sistemului musculo-scheletal (în proba de specializare).	10	2		2	6
10	Caracteristicile conținutului și organizarea procesului de instruire a persoanelor cu paralizie cerebrală (în proba de specializare).	10	2		2	6
11	Lecția de recalculare	2		2		
12	Tehnologii inovatoare în pregătirea persoanelor cu dizabilități în starea de sănătate (în proba de specializare).	8	2		2	4
13	Vârsta și aspectele de gen ale pregătirii persoanele cu dizabilități (în proba de specializare).	3	1			2
14	Aspecte psihologice și pedagogice ale antrenorului în sportul adaptiv.	3	1			2
15	Organizarea și desfășurarea concursurilor în Sportul Adaptiv (în proba de specializare)	10	2		2	6
16	Susținerea de proiect	52		2		50
	Total :	150	20	6	14	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>
---	--

Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</i></p> <p><i>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</i></p> <p><i>Pe parcurs semestrului realizarea un proiect conform tematicii propuse de profesor.</i></p> <p><i>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</i></p>
------------------------------	--

Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%

Referințe bibliografice	<p style="text-align: center;">În limba română:</p> <p>1. Dotti A., Nicolini I. Mijloace și metode pentru un antrenament modern (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1992, p. 89-128.</p> <p>2. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1996. 199 p.</p>
--------------------------------	--

3. Dumitrescu V., Predescu A., Florescu C. Metodica dezvoltării calităților fizice . București: CNFF, 1969. 200 p.

Tweedy S. Theory and the ICF: Foundations for Unifical Disability Athletics Classification Adapted Physical Activity Quarterly, 2002. № 2, p. 220 - 238.

În limba rusă:

1. Council of Europe. European Charter for Sport for All: disabled persons. Strasbourg, 1995.
2. Брискин Ю., Евсеев С., Передерий А. Адаптивный спорт. Москва: Советский спорт, 2010.333 с
3. Губарева Т. Спорт лиц с ограниченными возможностями в системе гуманистически ориентированной социальной политики. Москва: ФОН, 2000.111с.
Евсеев С.Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. Москва: Советский спорт,2005.Т.2, 231 с.
4. Евсеев С.Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник / Введение в специальность. Москва: Советский спорт,2005.Т.1, 123 с.
5. Евсеев С., Курдыбайло С., Суляев В. Материально-техническое обеспечение АФК. Москва: Советский спорт, 2000.222 с.
6. Жуков А.Спортивная энциклопедия систем жизнеобеспечения. ЮНЕСКО, 2011
7. Курдыбайло С., Евсеев С., Герасимова Г. Врачебный контроль в АФК. Москва: Советский спорт, 2003.444 с.
8. Официальные, Специальные олимпийские игры (летние), спортивные правила 2000 - 2003 года / Исправленное и дополненное издание. Москва: Советский спорт, 2003.123 с.
9. http://sportwiki.to/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82
10. <https://cyberleninka.ru/article/v/psihologicheskoe-soprovozhdenie-detev-s-ogranichennymi-vozmozhnostvami-zdorovva-v-protssesse-zanvativ-adaptivnov-fizicheskoy-kulturoy>
11. <https://studfiles.net/preview/6058347/page:17/>

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Buftea Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnici de comunicare în domeniul științe ale sportului					
Titularul cursului		Timuș Maria, dr. în pedagogie, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 03 O.15	Anul	II	Semes- trul	1
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 <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedra_btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnici de comunicare în domeniul științe ale sportului”, 120 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul sportului. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera sportului. 3. Aplicarea tehnicilor de comunicare în domeniul sportului în cadrul activităților practice și realizarea studiilor de caz. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind activitatea comunicativă sub aspect de tehnică și procedeu. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a a comunicării subiecților activității sportive; • Evidențierea mijloacelor verbale și nonverbale în cadrul activităților sportive; • Analiza formelor și procedeele de elaborare a diverselor forme de comunicare în sport; • Utilizarea metodelor de interpretare și utilizare adecvată a tehnicilor de comunicare nonverbală în sport; • Asigurarea arsenal vast de tehnici de comunicare în domeniul sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea și interpretarea tehnicii gesturilor din diverse probe de sport; • Dirijarea și perfecționarea structurii comunicării vorbirii subiecților activității sportive; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul perfecționării aspectelor comunicative gestuale la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica sportului. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnici de comunicare în domeniul științele sportului”, 120 ECTS (mijloace verbale, tipuri de comunicare etc.); ➤ să definească noțiunea de comunicare; ➤ să cunoască diversitatea tehnicilor de comunicare în sport; ➤ să identifice specificul activității sportive privind comunicarea; ➤ să cunoască care este procedeul de elaborare a diferitor forme de comunicare scrisă în domeniul sportului; ➤ să cunoască particularitățile tehnicilor de comunicare în domeniul sportului; ➤ să cunoască aspectele comunicării interpersonale în sport. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să practice o anumită formă de comunicare interpersonală; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra comunicării interpersonale în sport; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele profesional-comunicative în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de elaborare a diferitor forme de comunicare scrisă/orală; ➤ să poată găsi legăturile dintre tipurile de comunicare interpersonală în sport; ➤ să aplice cunoștințele teoretice și practice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului. 						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	S	L	LI

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Comunicarea și sportul.	12	2	-	-	10
	2	Comunicarea – unități și caracteristici. Principiile și nivelurile comunicării umane.	12	2	-	-	10
	3	Comunicarea nonverbală. Mijloacele verbale și neverbale ale comunicării. Comunicarea interpersonală în sport. Tipuri de comunicare interpersonală în sport.	12	2	2	-	10
	4	Aspecte ale comunicării subiecților activității sportive. Structura comunicării vorbirii subiecților activității sportive	14	2	2	-	10
	5	Tehnici de comunicare (comunicarea orală, scrisă mediată de calculator). Comunicarea orală în sport.	16	2	4	-	10
	6	Comunicarea scrisă în sport. Elaborarea curriculumului vitae. Elaborarea unei scrisori de intenție/motivație. Structura unei lucrări științifice.	18	2	4	-	12
	7	Comunicarea mediată de calculator. Spațiul virtual – risc și putere.	16	2	2	-	12
	8	Tehnici de comunicare nonverbală. Tehnica gesturilor în diverse probe de sport (jocuri sportive, probe sportive individuale, atletism, înot, gimnastică).	22	2	4	-	16
	9	Conflictul în comunicarea subiecților activităților sportive. Bariere de comunicare în sport	14	2	2	-	10
	10	Cauzele unei comunicări ineficiente. Strategii și poziții de comunicare.	12	2	-	-	10
Total :			150	20	20	0	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 privind comunicarea interpersonală, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire al studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce</p>						

	<p>cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O., Gõnczi-Raicu M. Probleme actuale privind formarea capacităților integrative de coordonare în cadrul disciplinei "Educația ritmico-muzicală" // Analele Universității de Vest din Timișoara: Sesiunea de comun. științ. Timișoara: Univ. de Vest Timișoara, 1999. P. 8-10. 2. Booth Waine, Colomb Gregori, Williams Jozeph, The craft of research 3rd ed. 2008, 377 p. 3. Cartaleanu T. și alții. Formarea de competențe prin strategii didactice interactive. Chișinău, 2008. 4. Danail S. N. Conținutul activității de comunicare didactică a profesorului de cultură fizică în sistemul "Lección" // Sesiune de comunicări și referate cu ocazia împlinirii a 25 de ani de creație pedagogică a corpului profesoral al catedrei de gimnastică. Chișinău: I.N.E.F.S., 1993. P. 110-125. 5. Eco Umberto, Cum se face o teză de licență. Disciplinele umaniste, colecția Biblioteca Italiană, traducere de George Popescu, Editura Pontica, Constanța, 2000, pp. 181-182. 6. Morjan, I., Conference "Competencies and Capabilities in Education" Oradea, 2009. p.274 7. Tomșa N. Pregătirea studenților facultăților de educație fizică și sport pentru comunicarea dialogo-didactică: Autoref. dis. ... doctor în pedagogie. Chișinău: INEFS, 2003. 28 p. 8. Vintan L., Calitatea cercetării prin abordări scientometrice, Euroeconomia, XXI, ISSN 1841-0707, nr. 53, Sibiu, 24 februarie 2006 Vintan L., Scrierea și publicarea științifică, University of Sibiu, Computer Science and Engineering Department, http://webspaces.ulbsibiu.ro/lucian.vintan/html/Acad.pdf 	

Data completării: 01.09.2021

Timuș Maria



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	3
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	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare		<p>Nivelul de pregătire profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului trebuie să contribuie la rezolvarea reușită a problemei pregătirii tinerilor sportivi. Antrenorul licențiat trebuie să fie un purtător a valorilor culturale și sportive, să stăpânească temeinic tehnologiile și metodologiile pedagogice contemporane.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă, 120 ECTS (jocurile sportive)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, specialitatea <i>Tehnologia antrenamentului sportiv, 120 ECTS</i>, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale disciplinei „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă, 120 ECTS (jocurile sportive)” au ca scop formarea specialiștilor care trebuie să asigure procesul instructiv educativ în cluburile și federațiile de profil sportiv și în concordanță cu planurile și programele de antrenament stabilit pentru pregătirea jucătorilor la diferite jocuri de performanță.• obiectivele cadru prevăd crearea unui mecanism stabili de dezvoltare a					

	<p>specialistului destinat să asigure activitatea didactico-sportivă a tinerilor jucători aplicând noi și eficiente metode în cadrul organizării și desfășurării procesului de antrenament.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților încât aceștia să se poată încadra eficient în procesul de pregătire sportivă a jucătorilor juniori în perioada perfecționării măiestriei sportive.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea conceptelor teoretico-metodice preluate din literatura de specialitate pentru organizarea procesului de antrenament în cluburile și federațiile de profil (jocurile sportive) cu sportivii de vârstă 12-16 ani; • Aplicarea tehnologiilor moderne în cadrul procesului de antrenament a jucătorilor juniori pe perioada unui macrociclu de antrenament; • Elaborarea și implementarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în cadrul procesului de instruire a jucătorilor juniori; • Susținerea și promovarea organizării activităților didactico-metodice privind perfecționarea procesului de antrenament cu antrenorii din domeniul jocurilor sportive; • Asigurarea unui mecanism flexibil privind modificarea și completarea structurii și conținutului procesului de antrenament a tinerilor sportivi jucători pe diverse etape. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la jocurile sportive; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul jocurilor sportive, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale de jocurile sportive în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a jucătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de sportivi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice la jocurile sportive și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire; - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament;

	<p>- să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>- să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului;</p> <p>- să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament;</p> <p>- să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dezvoltarea morfo-fiziologică a tinerilor sportivi	14	2	2	10
	2	Studierea dezvoltării abilităților fizice, cognitive, sociale, emoționale și motorii la copii de diferite vârste	24	2	2	20
	3	Specificul selecției în proba sportive aleasă	28	4	4	20
	4	Conținutul didactico-metodic ale antrenamentului în proba sportivă aleasă organizate cu copii de diferite vârste	28	4	4	20
	5	Planificarea procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă	28	4	4	20
	6	Controlul complex în cadrul procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba de sport aleasă	28	4	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/crisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlarii (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. 363 p.</p> <p>2. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodică jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p.</p> <p>3. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006.</p> <p>4. Stănescu M., Ciolcă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004.</p> <p>5. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут — это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192.</p> <p>6. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с.</p> <p>7. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128.</p> <p>8. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с. 35-56.</p> <p>9. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance</i>. Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0.</p> <p>10. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.</p> <p>11. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development</i>. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.</p> <p>15. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development</i>, <i>Journal of Sport Sciences Researches</i>, http://dergipark.gov.tr/jssr. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secărenu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	3
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	Probe Sportive Individuale	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_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare		<p>Nivelul de pregătire profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului trebuie să contribuie la rezolvarea reușită a problemei pregătirii tinerilor sportivi. Antrenorul licențiat trebuie să fie un purtător a valorilor culturale și sportive, să stăpânească temeinic tehnologiile și metodologiile pedagogice contemporane.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă, 120 ECTS (probe sportive individuale)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, specialitatea <i>Tehnologia antrenamentului sportiv, 120 ECTS</i>, în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale disciplinei „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă, 120 ECTS (probe sportive individuale)” au ca scop formarea specialiștilor care trebuie să asigure procesul instructiv educativ în cluburile și federațiile de profil sportiv și în concordanță cu planurile și programele de antrenament stabilit pentru pregătirea luptătorilor la diferite probe de lupte de performanță.					

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului destinat să asigure activitatea didactico-sportivă a tinerilor luptătorilor aplicând noi și eficiente metode în cadrul organizării și desfășurării procesului de antrenament. • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților încât aceștia să se poată încadra eficient în procesul de pregătire sportivă a luptătorilor juniori în perioada perfecționării măiestriei sportive.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea conceptelor teoretico-metodice preluate din literatura de specialitate pentru organizarea procesului de antrenament în cluburile și federațiile de profil (probe sportive individuale) cu sportivii de vârstă 12-16 ani; • Aplicarea tehnologiilor moderne în cadrul procesului de antrenament a luptătorilor juniori pe perioada unui macrociclu de antrenament; • Elaborarea și implementarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în cadrul procesului de instruire a luptătorilor juniori; • Susținerea și promovarea organizării activităților didactico-metodice privind perfecționarea procesului de antrenament cu antrenorii din domeniul probe sportive individuale; • Asigurarea unui mecanism flexibil privind modificarea și completarea structurii și conținutului procesului de antrenament a tinerilor sportivi luptători pe diverse etape. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la probe sportive individuale; • Asigurarea unui management eficient al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul probelor sportive individuale, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la probe sportive individuale și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale de probe sportive individuale în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a luptătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de sportivi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice la probe sportive individuale și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodică-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire;

	<ul style="list-style-type: none"> - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dezvoltarea morfo-fiziologică a tinerilor sportive în probe sportive individuale.	14	2	2	10
	2	Studierea dezvoltării abilităților fizice, cognitive, sociale, emoționale și motorii la copii de diferite vârste în probe diferite la lupte.	24	2	2	20
	3	Specificul selecției în proba sportive aleasă la probe sportive individuale.	28	4	4	20
	4	Conținutul didactico-metodic ale antrenamentului în proba sportivă aleasă organizate cu copii de diferite vârste la probele de lupte.	28	4	4	20
	5	Planificarea procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
	6	Controlul complex în cadrul procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba de sport aleasă (probe sportive individuale).	28	4	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiul; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

	Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlarii (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. 363 p. 2. Bompa T.O., Dezvoltarea calităților biomotrice-Periodizarea-M.T.S., Ș.N.A., București, 2003. 3. Carp I., Noțiuni de bază ale teoriei Educației Fizice și Sport, Chișinău, I.N.E.F.S., 2009. 4. Postolachi A./Grosu v./Gîlcă M., Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la campionatele naționale universitare și campionatele mondiale universitare 2010-2018, materialele Conferinței Științifice Practice , Chișinău , IRIM 2019 pag 96. 5. Demeter A., Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice, Editura Sport Turism, București, 1981. 6. Diaciov A., Parametrii de antrenament, 1973. 7. Dorgan V. P. Starea de lucruri în planificarea efortului de antrenament în practica judoului feminin., Problemele actuale privind perfecționarea sis. de învățămînt, În domeniul culturii fizice: mat. conf. st. Internat. USEFS. Chișinău, 1997. 8. Dragnea A. și Colab,- Teoria Educației Fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii, București, 2000. 9. Dragnea A., Antnamentul sportiv, Editura Didactică și Pedagogică R.A. București, 1996. 10. Epuran M. Pregătirea psihologică a sportivului, Ed. UCFS, București, 1964. 11. Manolachi V.G., Sporturi de luptă - Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). USEFS, Chișinău, „Tipografia Centrală”, 2003. 	

Data completării: 01.09.2021

Polevaia – Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Rîșneac Boris, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	3
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	Natație și 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-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Nivelul de pregătire profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului trebuie să contribuie la rezolvarea reușită a problemei pregătirii tinerilor sportivi. Antrenorul licențiat trebuie să fie un purtător a valorilor culturale și sportive, să stăpânească temeinic tehnologiile și metodologiile pedagogice contemporane.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive, 120 ECTS în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale disciplinei „tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (natație)” au ca scop formarea specialiștilor care trebuie să asigure procesul instructiv educativ în cluburile și federațiile de profil sportiv și în concordanță cu planurile și programele de antrenament stabilit pentru pregătirea înotătorilor de performanță.• obiectivele cadru prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului destinat să asigure activitatea didactico-sportivă a tinerilor înotători						

	<p>aplicând noi și eficiente metode în cadrul organizării și desfășurării procesului de antrenament.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților încât aceștia să se poată încadra eficient în procesul de pregătire sportivă a înotătorilor juniori în perioada perfecționării măiestriei sportive.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea conceptelor teoretico-metodice preluate din literatura de specialitate pentru organizarea procesului de antrenament în cluburile și federațiile de profil (Natație) cu sportivii înotători de vârstă 12-16 ani; • Aplicarea tehnologiilor moderne în cadrul procesului de antrenament a înotătorilor juniori pe perioada unui macrociclu de antrenament; • Elaborarea și implementarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în cadrul procesului de instruire a înotătorilor juniori; • Susținerea și promovarea organizării activităților didactico-metodice privind perfecționarea procesului de antrenament cu antrenorii din domeniul natației; • Asigurarea unui mecanism flexibil privind modificarea și completarea structurii și conținutului procesului de antrenament a tinerilor sportivi înotători pe diverse etape. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale de înot în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire; - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; <p>să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dezvoltarea morfo-fiziologică a tinerilor sportivi.	14	2	2	10
	2	Studierea dezvoltării abilităților fizice, cognitive, sociale, emoționale și motorii la copii de diferite vârste.	24	2	2	20
	3	Specificul selecției în proba sportive aleasă.	28	4	4	20
	4	Conținutul didactico-metodic ale antrenamentului în proba sportivă aleasă organizate cu copii de diferite vârste.	28	4	4	20
	5	Planificarea procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
	6	Controlul complex în cadrul procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

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 seminar	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4.</p> <p>2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1.</p> <p>3. Caunsilmen D. E. – Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982.</p> <p>4. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003.</p> <p>5. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5.</p> <p>7. Булгакова Н. – Спортивное плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 1996.</p> <p>10. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.</p> <p>13. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5</p> <p>16. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. 807с.</p> <p>17. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012.</p> <p>18. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>19. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. – 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Rîșneac Boris



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Buțea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	III
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	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Nivelul de pregătire profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului trebuie să contribuie la rezolvarea reușită a problemei pregătirii tinerilor sportivi. Antrenorul licențiat trebuie să fie un purtător a valorilor culturale și sportive, să stăpânească temeinic tehnologiile și metodologiile pedagogice contemporane.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive, 120 ECTS în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale disciplinei „tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” au ca scop formarea specialiștilor care trebuie să asigure procesul instructiv educativ în cluburile și federațiile de profil sportiv și în concordanță cu planurile și programele de antrenament stabilit pentru pregătirea înotătorilor de performanță. • obiectivele cadru prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului destinat să asigure activitatea didactico-sportivă a tinerilor înotători 						

	<p>aplicând noi și eficiente metode în cadrul organizării și desfășurării procesului de antrenament.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților încât aceștia să se poată încadra eficient în procesul de pregătire sportivă a gimnastelor juniori în perioada perfecționării măiestriei sportive.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea conceptelor teoretico-metodice preluate din literatura de specialitate pentru organizarea procesului de antrenament în cluburile și federațiile de profil (gimnastica artistică) cu sportivii înotători de vârsta 12-16 ani; • Aplicarea tehnologiilor moderne în cadrul procesului de antrenament a gimnastilor juniori pe perioada unui macrociclu de antrenament; • Elaborarea și implementarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în cadrul procesului de instruire a gimnastilor juniori; • Susținerea și promovarea organizării activităților didactico-metodice privind perfecționarea procesului de antrenament cu antrenorii din domeniul gimnastilor; • Asigurarea unui mecanism flexibil privind modificarea și completarea structurii și conținutului procesului de antrenament a tinerilor sportivi la proba de gimnastică pe diverse etape. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale de gimnastica în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a gimnastului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire; - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament;

	<ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dezvoltarea morfo-fiziologică a tinerilor sportive la proba de gimnastica artistică.	14	2	2	10
	2	Studierea dezvoltării abilităților fizice, cognitive, sociale, emoționale și motorii la copii de diferite vârste.	24	2	2	20
	3	Specificul selecției în proba sportive aleasă.	28	4	4	20
	4	Conținutul didactico-metodic ale antrenamentului în proba sportivă aleasă organizate cu copii de diferite vârste.	28	4	4	20
	5	Planificarea procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
	6	Controlul complex în cadrul procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/crisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul practice.</p>					

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	<p>1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4.</p> <p>2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1.</p> <p>3. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001.</p> <p>4. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002.</p> <p>5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.</p> <p>6. Крайждан, О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.</p> <p>7. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с.</p> <p>8. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с.</p> <p>9. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>10. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Bufta Victor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr., conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	III
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	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Nivelul de pregătire profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului trebuie să contribuie la rezolvarea reușită a problemei pregătirii tinerilor sportivi. Antrenorul licențiat trebuie să fie un purtător a valorilor culturale și sportive, să stăpânească temeinic tehnologiile și metodologiile pedagogice contemporane.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>100 Științe ale sportului</i>, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive, 120 ECTS în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe obiective care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale disciplinei „tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” au ca scop formarea specialiștilor care trebuie să asigure procesul instructiv educativ în cluburile și federațiile de profil sportiv și în concordanță cu planurile și programele de antrenament stabilit pentru pregătirea gimnastelor de performanță.						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului destinat să asigure activitatea didactico-sportivă a tinerilor gimnastelor aplicând noi și eficiente metode în cadrul organizării și desfășurării procesului de antrenament. • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților încât aceștia să se poată încadra eficient în procesul de pregătire sportivă a gimnastelor junioare în perioada perfecționării măiestriei sportive.
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea conceptelor teoretico-metodice preluate din literatura de specialitate pentru organizarea procesului de antrenament în cluburile și federațiile de profil (gimnastica artistică) cu sportivele de gimnastica ritmică de vârstă 12-15 ani; • Aplicarea tehnologiilor moderne în cadrul procesului de antrenament a gimnastelor junioare pe perioada unui macrociclu de antrenament; • Elaborarea și implementarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în cadrul procesului de instruire a gimnastilor juniori; • Susținerea și promovarea organizării activităților didactico-metodice privind perfecționarea procesului de antrenament cu antrenorii din domeniul gimnastilor; • Asigurarea unui mecanism flexibil privind modificarea și completarea structurii și conținutului procesului de antrenament a tinerilor sportivi la proba de gimnastică ritmică pe diverse etape. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale de gimnastica în cadrul diversității culturale; leadership.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a gimnastului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodică-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire;

	<ul style="list-style-type: none"> - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Dezvoltarea morfo-fiziologică a tinerilor sportive la proba de gimnastica artistică.	14	2	2	10
	2	Studierea dezvoltării abilităților fizice, cognitive, sociale, emoționale și motorii la copii de diferite vârste.	24	2	2	20
	3	Specificul selecției în proba sportive aleasă.	28	4	4	20
	4	Conținutul didactico-metodic ale antrenamentului în proba sportivă aleasă organizate cu copii de diferite vârste.	28	4	4	20
	5	Planificarea procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
	6	Controlul complex în cadrul procesului de antrenament cu tineri sportivi în proba sportivă aleasă.	28	4	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele</p>					

	practice.	
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	<p>1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4.</p> <p>2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1.</p> <p>3. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001.</p> <p>4. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002.</p> <p>5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.</p> <p>6. Крайждан, О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Тірогр. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.</p> <p>7. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с.</p> <p>8. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с.</p> <p>9. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>10. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă TPSTPSA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.16	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	120	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	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, LP-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L	LI	
		150	20	6	14	110	
Nota de prezentare	<p>Conținutul și modul de organizare a acestui modul au fost elaborate în conformitate cu curriculumul USEFS (ISCED - 7, 82. Cultură fizică și sport., Programul de masterat – TAS, 120 ECTS, (Aprobat prin Hotărârea Senatului USEFS din 23.06.2016, proces verbal nr.6). La rândul său, planul de învățământ a fost elaborat în conformitate cu prevederile Codului Educației, adoptate de Parlamentul Republicii Moldova la 17 iulie 2014 (152) și Planul-cadru pentru studii superioare, aprobate prin Ordinul Ministrului Educației al Republicii Moldova nr. 1054 din 10.29.2015.</p> <p>Concretizarea scopului permite formularea obiectivelor modulului:</p> <ul style="list-style-type: none">- familiarizeze cu bazele teoretice și metodologice ale sportului pentru tineret;- să însușească proiectarea programelor de pregătire pentru sportivi, adecvate vârstei, stării de sănătate și probei de specializare;- formarea competențelor de implementare a tehnologiilor pentru pregătirea practică a tinerilor sportivi și monitorizarea eficacității implementării lor;- formarea la masteranzi a competențelor de implementare a competențelor profesionale semnificative etc.;- adaptarea studenților la condițiile și cerințele viitoarelor lor activități profesionale;- să dezvolte nevoia masteranzilor de a se perfecționa profesional;- formarea unui interes constant în activitatea profesională aleasă, stimularea nevoii de implementare eficientă a cunoștințelor și aptitudinilor dobândite, ca parte a rezolvării						

independente de sarcini didactice specifice;
 - formarea competențelor inițiale la masteranzi în organizarea și desfășurarea activităților de instruire și antrenament, pentru a dobândi experiență în îndeplinirea funcțiilor profesionale necesare antrenorului-profesor;

Scopurile și obiectivele de mai sus ale modului ”**Tehnologii de pregătire a sportivilor tineri în proba de sport aleasă**”, 120 ECTS (atletism) corespund totalmente strategiei de dezvoltare instituțională a Universității

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

- să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate necesare în formarea unui stil de viață sănătos, nevoia de activități fizice sistematice, o poziție activă de viață etc
- să selecteze și să utilizeze literatura metodologică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizare activității profesionale
- să elaboreze documente de planificare, de evidență și control în cadrul organizațiilor educaționale și sportive
- să elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament, în concordanță cu etapa pregătirii multianuale, nivelul de pregătire a subiectului, sexul și vârsta acestuia etc.
- să programeze conținutul și formele de organizare a eforturilor de antrenament în cicluri de instruire cu durata diferită
- să dozeze eforturile de antrenament, ținând cont de vârstă și de sex, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate
- să aplice diverse tehnologii pentru dezvoltarea calităților fizice
- să efectueze corecții operaționale ale parametrilor eforturilor de antrenament
- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.)

Competențe transversale:

Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea pe care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.

Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.

Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.

Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.

Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.

Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.

Competența de autoperfecționare personală. Această prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-sustinere..

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- să cunoască tehnologii inovatoare pentru creșterea nivelului de pregătire fizică și funcțională în proba de atletism
- să cunoască criteriile de selecție la etapele inițiale, preliminară și de specialitate ale pregătirii de lungă durată
- să cunoască tehnologiile de dezvoltare a abilităților motrice care determină creșterea rezultatelor în proba sportivă aleasă
- să cunoască criteriile de eficiență a procesului de antrenament
- să cunoască legitățile organizării antrenamentului în diferite condiții climate - geografice în diferite faze ale COM
- să cunoască organizarea evenimentelor de diagnosticare a nivelului de pregătire al sportivilor etc

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să utilizeze tehnologii pentru a diagnostica talentul unui sportiv și prognozarea perspectivelor acestuia în proba sportivă aleasă
- să formează sistemul de control asupra nivelului de condiție fizică într-un ciclu anual de antrenament al sportivilor în proba de specializare
- să elaboreze complexelor de sarcini motrice, direcționate spre dezvoltarea și perfecționarea unor sau altor calități motrice
- programarea conținutului și a variantelor pentru organizarea procesului de pregătire a sportivilor în cicluri de instruire cu diferită durată
- să dozeze eforturile de antrenament, ținând seama de caracteristicile sexului și vârstei celor implicați în activitatea de instruire și antrenament

La nivel de integrare:

- să implementeze în practică a cunoștințelor și competențelor acumulate în cadrul activității cognitive
- să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studiază tendințele în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvoltă strategii și tactici de utilizare a tehnologiei etc

Tematica și repartizarea Orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	C	S	LI
1	Pregătirea pe termen lung și directivele principale; etapele pregătirii multianuale (sarcini, orientare); tipurile de pregătire și conținutul acestora; criteriile de eficiență ale procesului de pregătire și evaluarea acestora.	8	2		6
2	variantele tipice de organizare a procesului de antrenament; structura ciclului anual și periodizarea acestuia în funcție de nivelul de calificare și specializarea sportivilor; sarcinile de antrenament și eforturile admisibile;	14	4		10
3	Lecția de recalculare	2		2	
4	specificul de vârstă al adaptării față de eforturile cu caracter preponderent diferit; caracteristicile de vârstă ale formării priceperilor și deprinderilor motrice; caracterul adecvat al programelor de antrenament caracteristicilor individuale ale sportivilor, nivelului de pregătire și specializării acestora	23	4	4	15
5	Proiectarea parametrilor sarcinilor de antrenament; formarea complexelor de mijloace cu influență preponderentă diferită; proiectarea algoritmului de pregătire a sportivilor într-un ciclu anual și a sistemului de monitorizare	25	6	4	15
6	Lecția de recalculare	2		2	
7	Particularitățile conținutului și organizarea sistemului de control a sportivilor tineri. Procedura controlului parametrilor activității competiționale a atleților de diferite specializări, indicilor nivelului pregătirii motrice, parametrilor eforturilor de antrenament și competiționali ai atleților de diferite specializări	24	4	6	14

	8	Sustinerea de proiect	52	2	50
Total :			150	20	20
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Pe parcurs semestrului realizarea un proiect conform tematicii propuse de profesor.</p> <p>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>				
Stabilire a notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		60%		
Referințe bibliografice	În limba română				
	<ol style="list-style-type: none"> Dotti A., Nicolini I. Mijloace și metode pentru un antrenament modern (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1992, p. 89-128. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv (traducere din limba italiană). București: CCPS, 1996. 199 p. Dumitrescu V., Predescu A., Florescu C. Metodica dezvoltării calităților fizice . București: CNFF, 1969. 200 p. Tweedy S. Theory and the ICF: Foundations for Unifical Disability Athletics Classification Adapted Physical Activity Quarterly, 2002. № 2, p. 220 - 238. 				
În limba rusă					
<ol style="list-style-type: none"> Алабин В., Кривоносов М. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 222 с. Антонов А., Лабудин Б., Мелехов В. Инновационные спортивно - технические устройства для освоения базовых элементов в различных видах спорта. Санкт-Петербург: СФУ им. М. Ломоносова, 2015. 326 с. Бахрах И. Спортивно - медицинские аспекты биологического возраста подростков: монография. Смоленск: СГАФКСТ, 2009. 124 с. Боген М. Обучение двигательным действиям. Москва: Физкультура и спорт, 1983.192 с. Губа В., Квашук П., Никитушкин В. Индивидуализация подготовки юных спортсменов. Москва: Советский спорт, 2009. 276 с. Волков Л. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимпийская литература, 2012. 222 с. Германов, Г. Н. Методология конструирования двигательных заданий в спортивно-педагогическом процессе: дис. . д-ра пед. наук. Воронеж, 2011. 425 с. Гужаловский А. Проблема «критических» периодов онтогенеза в ее значении для теории и практики физического воспитания. В: Очерки по теории физической культуры. Москва: Физкультура и спорт, 1984. с. 211 – 223. 					

- Жилкин А. Легкая атлетика. Москва: Академия, 2003. 464 с.
7. Запорожанов В. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоров'я, 1988. 144 с.
 8. Зеличенко В. Детская легкая атлетика: программа ИААФ. Москва. 2006. 63 с.
 9. Квашук П. Дифференцированный подход к построению тренировочного процесса юных спортсменов на этапах многолетней подготовки: дис. . д-ра пед. наук: Москва, 2003. 226 с.
 10. Локтев С. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте. Москва: Советский спорт, 2007. 404 с.
 11. Никитушкина В. Система подготовки спортивного резерва. Москва: Квант, 1994. 320 с.
 12. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. Москва: Человек, 2011. 125 с.
 13. Соколов В. Методика тренировки в легкой атлетике. Минск: Полымя, 1994. 504 с.
 14. Суслов Ф., Холодов Ж., Филин В. Теория и методика спорта. Москва: Физкультура и спорт, 1997, 416 с.
 15. Филин В., Фомин Н. Основы юношеского спорта. Москва: Физкультура и спорт, 1980. 255 с.
 16. Шустин Б. Моделирование в спорте высших достижений. Москва: РГАФК, 1995.102 с.

Data completării: 01.09.2021

Gorașcenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	II	Semestrul	3
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	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba aleasă”, ODCPSA (jocurile sportive) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul 100 Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba aleasă” este de a familiariza studenții care se specializează la jocurile sportive cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însușirea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „ODCPSA” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale jocurilor sportive. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a jucătorilor.. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă..
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p><i>Activitatea de pregătire a competiției:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a terenurilor forurilor administrative. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;

- să stabilească comisia de organizare a competiției;
 - să verifice funcționalitatea bazinului;
 - să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
 - să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
 - să alcătuiască programul tehnic de concurs;
 - să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
 - să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
 - să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.
- La nivel integrare:**
- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	17	2		15
	2	Regulamentul competițiilor.	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri.	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	7		2	5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7		2	5
	7	Diferite jocurile sportive.	7		2	5
	8	Edificiile sportive pentru jocuri sportive și competiții. Reclama competiției.	7	2		5
	9	Particularitățile organizării competițiilor și arbitrajul.	7		2	5
	10	Dopajul în activitatea sportive.	7	2		5
	11	Caracterul competițiilor.	7	2		5
	12	Organizarea și desfășurarea competițiilor la jocurile sportive în școală și în taberele de odihnă.	7	2		5
	13	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate.	7		2	5
	14	Componenta participanților.	7	2		5
	15	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	7		2	5
	16	Particularitățile organizării competițiilor și arbitrajul cu număr masiv de participanți.	7		2	5
	17	Competiții la jocurile sportive în aer liber.	7		2	5
	18	Reclama competițiilor.	7		2	5
	19	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	20	Jocurile olimpice, campionatele	7	2		5

	mondiale, campionatele mondiale și regulile generale pentru competiția la nivel federațiilor internaționale.				
	Total :	150	20	20	110
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>				
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	<p>1. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlărilor (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. Chișinău, 1999. 363 p.</p> <p>2. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodică jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p.</p> <p>3. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006.</p> <p>4. Stănescu M., Ciolcă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004.</p> <p>5. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут - это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192.</p> <p>6. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с.</p>				

7. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128.
8. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с. 35-56.
9. Mocrousov, E., Grosul, V. *Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance*. Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0.
10. Mocrousov, E. *Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players*. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.
11. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.
15. Mocrousov, E. *Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development*, *Journal of Sport Sciences Researches*, <http://dergipark.gov.tr/jssr>. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-Master)	M	Codul cursului	S 03 A. 17	Anul	I	Semestrul	3
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	Probe sportive individuale (PSI)	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.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Organizarea și dirijarea competițiilor în proba de sport aleasă ca disciplină de specialitate se studiază la programul de studii “Tehnologia Antrenamentului Sportiv” (120 ECTS) pe un număr de 150 ore, 5 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 40 ore; lucru individual 110 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – practice. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de înfăptuit două testări curente. Studiarea obiectului se finalizează cu examen.</p> <p>La etapa contemporană a reformării învățământului universitar modernizarea curriculumului la disciplina “ODCPSA” (probe sportive individuale) este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în activitatea sportivă și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculumului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în proba ramurii sportive alese din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • Obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific ramurii sportive alese; • Obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei ODCPSA, studenții vor fi capabili să elaboreze protocoale și repesaje competiționale precum și să fie capabili de a arbitra în cadrul competiției sportive la nivel național. <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor specifice ramurii de sport.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei Teoria competițiilor, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații tehnico-tactice, procese de pregătire tehnico-tactică; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască scopul și obiectivele organizării competițiilor de diferit nivel; - să cunoască metodele arbitrării competițiilor de diferit nivel în sporturile de luptă; - să cunoască factorii care influențează asupra particularităților competiționale a luptătorului; - să caracterizeze specificul locului de desfășurare a competiției; - să descrie baza materială a locului de desfășurare a competiției; - să descrie situația geografică a locului de desfășurare a competiției; - să caracterizeze calitatea arbitrajului la diverse competiții; - să descrie comportamentul suporterilor; - să cunoască cum se organizează și se desfășoară Campionatul R.M. în sporturile de luptă. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să clasifice obținerea victoriei conform variantelor; - să caracterizeze variantele obținerii victoriei în sporturile de luptă; - să clasifice competițiile după scopul și modul de desfășurare; - să cunoască sistemele de desfășurare a competițiilor în sporturile de luptă. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să enumere toate cerințele întocmirii unui Regulament pentru competiții în sporturile de luptă. - să poată arbitra la competiții de diferit nivel; - să cunoască formarea perechilor conform sistemului circular.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Scopul și obiectivele organizării și desfășurării competițiilor în PSA. Tipurile obținerii victoriei în PSA.	12	2		10
	2	Regulamentul desfășurării competiției în proba sportivă aleasă.	12	2	2	10
	3	Obținerea victoriei perfecte. Obținerea victoriei prin superioritate tehnică. Obținerea victoriei prin acumularea mai multor puncte decât adversarul.	14	2	2	10
	4	Variantele de arbitraj în PSA.	14	2	2	10
	5	Baza materială a locului de desfășurare a competițiilor în PSA.	14	2	2	10
	6	Situația geografică a locului de desfășurare a competițiilor în PSA.	14	2	2	10
	7	Calitatea arbitrării competițiilor și comportamentul supporterilor.	14	2	2	10
	8	Clasificarea competițiilor în PSA după scopul și modul de desfășurare.	12	2		10
	9	Sistemele de desfășurare a competițiilor în PSA.	12		2	10
	10	Sistemele competiționale.	12		2	10
	11	Reclama competițiilor în PSA.	10	2	2	
	12	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele mondiale și regulile generale pentru competiția la nivel federațiilor internaționale.	10	2	2	10
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei ODCPSA, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficiență și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială! diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa T.O. Total despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p.; 4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. 5. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p. 6. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. 7. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. 8. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. 9. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000. 10. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994. 11. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990. 12. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000. 135 p. 13. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p. 14. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. P. 14-68, 135-148. 15. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243. 	

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	II	Semestrul	3
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	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20		110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba aleasă”, ODCPSA (înotul sportiv) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul 100 Științe ale sportului în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale al cursului „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba aleasă” este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă. • Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor. 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „ODCPSA” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă..
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p><i>Activitatea de pregătire a competiției:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p><i>Activitatea desfășurării competițiilor:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a bazinului forurilor administrative. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;

- să stabilească comisia de organizare a competiției;
 - să verifice funcționalitatea bazinului;
 - să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
 - să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
 - să alcătuiască programul tehnic de concurs;
 - să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
 - să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
 - să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.
- La nivel integrare:**
- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	17	2		15
	2	Regulamentul competițiilor	7	2		5
	3	Componenta colegiului de arbitri	7	2		5
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	7		2	5
	5	Repartizarea participanților pe curse.	7	2		5
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	7		2	5
	7	Înotul cu procedeele stil liber, spate, bras, fluture, mixt și ștafetă	7		2	5
	8	Edificiile sportive pentru înot și competiții. Reclama competiției.	7	2		5
	9	Particularitățile organizării competițiilor și arbitrajul.	7		2	5
	10	Dopajul în activitatea sportivă	7	2		5
	11	Caracterul competițiilor	7	2		5
	12	Organizarea și desfășurarea competițiilor la înot în școală și în taberele de odihnă	7	2		5
	13	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	7		2	5
	14	Componenta participanților	7	2		5
	15	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții	7		2	5
	16	Particularitățile organizării competițiilor și arbitrajul cu număr masiv de participanți.	7		2	5
	17	Competiții la bazine naturale	7		2	5
	18	Reclama competiției.	7		2	5
	19	Întocmirea bugetului de cheltuieli	7		2	5
	20	Jocurile olimpice, campionatele	7	2		5

	mondiale, campionatele mondiale de înot (25m) și regulile generale pentru competiția F.I.N.A.				
	Total :	150	20	20	110
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>				
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	<ol style="list-style-type: none"> Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotătorilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școală" 3/2015, Chișinău, - P.66-69. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды 				

- | | |
|--|--|
| | <p>спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003.</p> <p>7. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с.</p> <p>8. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006.</p> <p>9. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с.</p> <p>10. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с.</p> |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și dirijarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și dirijarea competițiilor în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Antrenament sportiv, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „ODCPSA”, 120 ECTS (gimnastica artistică) este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica artistică. Cursul prevede de asemenea însușirea deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda						

	<p>problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în gimnastica artistică; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii la gimnastica artistică sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „ODCPSA”, 150 ECTS (gimnastica artistică) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii artistice; • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a gimnastelor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p>Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului;

- multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs;
- asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a gimnastelor forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălilor de gimnastica artistică;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
- să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
- să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
- să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	24	2	2	20
	2	Regulamentul competițiilor.	8	2		6
	3	Componenta colegiului de arbitri.	8	2		6
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor.	8	2		6
	5	Repartizarea participanților pe curse.	10	2	2	6
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinei și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	10	2	2	6
	7	Diferite programe la gimnastica ritmică.	10	2	2	6
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica ritmică și competiții. Reclama competiției.	10	2	2	6
	9	Dopajul în activitatea sportive.	10	2	2	6
	10	Caracterul competițiilor.	8		2	6
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate.	8		2	6
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	10		2	8
	13	Reclama competițiilor.	8		2	6
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	8			8
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	10	2		8
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare și învățare în	Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile pra. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor					

cadrul cursului/ modulului	propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica artistică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. Ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 5. Крайждан О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 6. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	4	Limbade instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Ore contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este parte componentă a procesului educațional, ciclul de studii masterat, prevăzută în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Științe ale sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „ODCPSA”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul sălilor de gimnastica. Cursul prevede de asemenea însuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.• Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă”, 120 ECTS (gimnastica ritmică) este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale gimnasticii ritmice. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p align="center">Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs; • asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a sălii de gimnastica ritmică forurilor administrative.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
- să stabilească comisia de organizare a competiției;
- să verifice funcționalitatea sălii de gimnastica ritmică;
- să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
- să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
- să alcătuiască programul tehnic de concurs;
- să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
- să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
- să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.

La nivel integrare:

- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătirii în arbitrajul competițiilor;
- să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	24	2	2	20
	2	Regulamentul competițiilor	10	2		8
	3	Componenta colegiului de arbitri	8	2		6
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	10	2	2	6
	5	Repartizarea participanților pe curse.	8	2		6
	6	Tehnica securității. Pregătirea sălii de gimnastica artistică și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	8	2		6
	7	Diferite echipamente pentru gimnastica ritmică.	8	2		6
	8	Edificiile sportive pentru gimnastica artistică și competiții. Reclama competiției.	10		2	8
	9	Dopajul în activitatea sportive.	8		2	6
	10	Caracterul competițiilor.	8		2	6
	11	Cronometrarea curselor. Sistemul și metoda înregistrării automate	10		2	8
	12	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții.	10	2	2	6
	13	Reclama competiției.	10	2	2	6
	14	Întocmirea bugetului de cheltuieli	8		2	6
	15	Jocurile olimpice, campionatele mondiale, campionatele Europene la gimnastica artistică și regulile generale pentru competiția FIG.	10	2	2	6
		Total :	150	20	20	110
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a					

	<p>anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica ritmică.. 2. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. 3. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315. 4. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. 5. Grimalschi, E. Filipenco, P.E. Tolmaciov. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. 6. Potop V. Teoria și practica în gimnastica ritmică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 7. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă ODCPSA (atletism)					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	2	Semestrul	3
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	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	L/P	S	LI	
		150	20	16	4	110	
Nota de prezentare	<p>Formarea specialiștilor de înaltă calificare în domeniul 100 Științe ale sportului trebuie să includă și veriga ce se referă la organizarea și desfășurarea concursurilor sportive de diferit nivel, compartiment de importanță majoră în pregătirea viitorului antrenor în diferite ramuri și discipline sportive.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea în practică a competențelor profesionale în domeniul teoriei și practicii competiționale are un rol fundamental în formarea unui viitor antrenor în diferite probe de sport și rezolvă obiectivele ce se referă la formarea la studenții ciclului II de studii a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare.</p> <p>Disciplina de studii Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă, ODCPSA, atletism contribuie plenipotențiar la formarea, la viitorii antrenori în diferite probe/dioscpline sportive a competențelor necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a acestuia, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p>						

Activitățile teoretice, de laborator și practico-metodice și desfășurate în cadrul disciplinei **Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă (atletism)** contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare și creativitate. Acest modul reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.

Modulul **Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă (atletism)** destinat studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură realizarea obiectivelor ce se referă la înzestrarea acestora cu cunoștințele necesare despre baza tehnico-materială a competițiilor în diferite ramuri și probe de sport, precum și despre regulamentul tehnic al concursurilor sportive, dar și formarea priceperilor și deprinderilor practice de organizare și desfășurare a competițiilor de nivel local și național.

Organizarea și desfășurarea competițiilor în proba de sport aleasă (atletism) se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 120 ECTS). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit organizarea și desfășurarea competițiilor sportive de nivel local și național la un nivel înalt.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului

Competențe profesionale:

Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

- să cunoască modul de întocmire a Calendarului competițional anual, precum și modul de elaborare a Regulamentului de concurs, precum și a programei acestuia;
- să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive;
- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;
- să efectueze analiza calității desfășurării manifestațiilor sportive de diferit nivel și să vină cu propuneri și soluții de îmbunătățire a nivelului de organizare și desfășurare a acestora;
- să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv;
- să aplice în practică tehnologiile moderne de planificare, organizare și desfășurare a manifestațiilor sportive pentru subiecți cu diferit nivel de pregătire sportivă, vârstă și sex;
- să cunoască modul de funcționare a aparatelor de arbitraj și să fie apt să opereze cu acestea în procesul de desfășurare a competiției sportive la proba de sport de specializare;
- să realizeze planificarea procesului competițional la proba de sport aleasă, dar și a activităților metodico-practice, științifice și educative cu referire la procesul de organizare și desfășurare a concursurilor la diferite probe de sport, în concordanță cu specialitatea aleasă;

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție; - formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască modul de planificare și organizare a competițiilor de atletism de rang înalt; - să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia; - să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora; - să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice; - să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent; - să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil; - să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice; - să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți; - să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar; - să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor; - realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor; - desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire; - analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive; - efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la atletism; ▪ să elaboreze planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive atletice de diferit nivel. 					
	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Numărul de ore		
	1	Calendarul competițional și manualul competiției (Regulamentul de desfășurare a competiției). Pregătirea	16	Curs 2	LP 4	LI 10

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		și dirijarea competiției. Sursele de finanțare.				
	2	Comitetul de organizare a competiției. Personalul de conducere a competițiilor sportive de rang înalt conform standardelor WA (oficialii concursurilor).	22	6	4	12
	3	Arbitrarea concursurilor de atletism. Reguli tehnice competiționale – modificari și completări.	28	8	4	16
	4	Actele oficiale necesare pentru organizarea și desfășurarea unui concurs sportiv la proba aleasă	24	4	4	16
	5	Practica de arbitraj	60		4	56
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare/ învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursurile teoretice, orele de laborator și practice, precum și orele de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de laborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Evaluarea calității însușirii materialului de studiu se realizează atât în procesul (de cel puțin de trei ori), cât și la sfârșitul studiului. Curriculumul modulului prevede participarea la seminarii și ore de curs în limita a cel puțin de 80%, în primul caz, și cel puțin de 90% - în cel de-al doilea. Masterandul trebuie să pregătească un referat-proiect de concurs sportiv la proba de specializare. Nota finală este rezultatul însumării notelor curente (60%) și a celei finale (40%). Nota finală este calculată ca nota medie a cel puțin două note obținute la seminar (test scris/practic) și nota pentru referat-proiect. Rezumatul este evaluat în conformitate cu schema de mai jos. Procedura de evaluare actuală și finală</p>					

	este reglementată de decizia conducerii departamentului de profil.		
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	<p>1. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>2. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>2. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p.</p> <p>Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p.</p> <p>4. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p.</p> <p>5. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие). Херсон, 2004. 152 с.</p> <p>6. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. Изд. 4-е, доп., перераб. Москва: Физкультура и спорт. 1989. 671 с.</p> <p>7. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. Москва: Terra-Спорт, Олимпия пресс, 2006. 144 с.</p> <p>8. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2014-2015. Москва: Terra-Спорт, Олимпия пресс, 2013. 297с.</p> <p>9. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; Москва: Физкультура и спорт, 1976. 200 с.</p> <p>10. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. Москва: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2004. 272с.</p> <p>11. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 187 с.</p> <p>12. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 580 с.</p> <p>13. http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/anti-doping (accesat la 4.01.2022).</p> <p>14. https://la.sportedu.ru/sites/la.sportedu.ru/files/competition_organisation_manual.pdf (accesat 05.01.22).</p>		

Data completării: 06.01.2022

Povestca Lazari



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 CREDITE)					
Denumirea cursului		Acmeologia performanței sportive					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.18	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	10	10	10	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Acmeologia performanței sportive” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul sportului. 2. Elaborarea și valorificarea cunoștințelor științifice și practice în realizările superioare ale sportului. 3. Prognozarea realizărilor sportive în activitatea desfășurată. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate științifică privind realizările sportive de cel mai înalt rang. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru</p>						

	<p>și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de implementare și practicare a prognozării realizărilor sportive mai mari în domeniul sportului; • Evidențierea capacităților de posedare și utilizare eficientă a bazelor cunoașterii acmeologice în realizările sportive; • Analiza cantitativă și calitativă a recordurilor sportive ca domeniu științific; • Structurarea realizărilor sportive; • Asigurarea unui climat eficient pentru politica investițională din sfera sportului național privind recordurile sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea celor mai mari realizări sportive specifice privind rezolvarea sarcinilor complexe ale teoriei și practicii sportului de performanță; • Dirijarea ciclului de antrenament prin utilizarea eficientă a resurselor cunoașterii acmeologice privind realizările sportive superioare; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica sportului de performanță.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Acmeologia performanței sportive” (record sportiv, realizare sportivă etc.); ➤ să definească noțiunea de cunoaștere acmeologică; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității de cunoaștere acmeologică a realizărilor sportive superioare; ➤ să identifice specificul activității de implementare a complexelor de antrenament privind realizările sportive superioare ca obiect al cunoașterii și a evaluării științifice; ➤ să cunoască care este specificul fenomenelor de cercetare științifică în domeniul antrenamentului sportiv ca parte componentă a cunoașterii acmeologice; ➤ să cunoască particularitățile de doborâre a recordurilor sportive ca domeniu științific; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în sfera cunoașterii acmeologice privind realizările sportive superioare . <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să demonstreze cele mai înalte rezultate; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează realizările sportive superioare; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele specifice ale acmeologiei realizărilor sportive în organizarea procesului de studii; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității de antrenament sportiv cu utilizarea prognozelor realizărilor sportive mai mari; ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta în domeniul sportului;

	➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	Laborator	LI
	1	Bazele cunoașterii acmeologice.		2	-	-	10
	2	Acmeologia realizărilor sportive superioare ca secțiune a teoriei sportului.		-	2	-	10
	3	Apariția și evoluția cunoștințelor științifice și practice despre realizările superioare ale sportului.		4	4	-	14
	4	Realizările sportive ca obiect al cunoașterii și evaluării.		2	2	-	10
	5	Valorile celor mai mari realizări sportive.		-	2	-	12
	6	Doborârea recordurilor sportive ca domeniu științific.		2	-	-	10
	7	Structura (morfologia) realizărilor sportive.		2	2	-	10
	8	Dinamica și nivelul modern al sportului realizări mai mari.		2	2	-	10
	9	Prognozarea realizărilor sportive mai mari.		2	2	-	10
10	Caracteristicile formării celor mai puternici sportivi din lume atunci când demonstrează cele mai înalte rezultate.		4	4	-	14	
Total :			150	20	20	-	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>						

	<p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>		
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антипов Г.А., Кочергин А.Н. Проблемы методологии исследования общества как целостной системы. Новосибирск: Наука. Сиб.отделение, 1988. -258 с. 2. Аросьев Д.А. Проектирование спортивной подготовки: материалы к производственной учебе тренеров, спортсменов. М., 1975. 43 с. 3. Ерохина О.А. Проблемы спортивного прогнозирования [Электронный ресурс] / О.А. Ерохина. - Режим доступа: http://oreluniver.ru/file/science/confs/2015/sport/publ/3_Erohina_V_poslednie.pdf 4. Красников А.А. Спортивно-технические результаты и факторы, определяющие тенденции их развития / А.А. Красников // Вестник спортивной науки. - 2006. - № 2. - С. 26-33. 5. Курамшин Ю.Ф. Проблемы прогнозирования высших спортивных достижений / Ю. Ф. Курамшин // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». - 2005. - №18. с. 40-58. 6. Курамшин Ю.Ф. Акмеология высших спортивных достижений как раздел теории спорта / Ю.Ф. Курамшин // Здоровье для всех. - 2010. - №1. - С. 35-38. 7. Lenk Hans. (1981). Eigenleistung: eine sozialphilosophische Analyse und ein «adamitisches» Pladoyer fur eine positive Leistungskultur. Olympische Leistung. Ideal, Bedingungen, Grenzen. Begegnungen zwischen Sport und Wissenschaft: Eine Dokumentation. - Koln: Bundesinstitut fur Sportwissenschaften. S. 279-306. 8. Loy J. W., Hesketh Graham L. (1984). The Agon Motif: A Prolegomenon for the Study of Agonetic Behavior. Contribution of sociology to the study of sport. Jyvasky^, University of Jyvasky. p. 31-50. 		

Data completării: 01.09.2021

Polevaia – Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă, 120 ECTS (jocurile sportive)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul 100 Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS), în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la înot, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a înotătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS este planificată în an II, sem. III, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive; • asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniului jocurilor sportive; • autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive și din domenii înrudite; • capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în jocurile sportive; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în jocurile sportive; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la diferite probe de jocurile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în jocurile sportive; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului;

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în natație; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în natație. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Controlul și planificarea în diferite probe la jocurile sportive.	26	4	2	20
	2.	Studierea formelor principale ale controlului în jocurile sportive.	26	4	2	20
	3.	Specificul verificării aspectelor de pregătire în jocurile sportive.	38	4	4	30
	4.	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	26	2	4	20
	5.	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive la diferite probe în jocurile sportive	16	2	4	10
	6.	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în diferite probe la jocurile sportive.	18	4	4	10
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>					

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	Fotbal	
	1. Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5.	
	2. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8.	
	3. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p.	
	4. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p.	
	Volei	
	1. Ciorba C și coautori ”Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)”. Chișinău, „Valinex” SA, 2007.	
	2. Conohova T., Păcuraru A. ”Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145 p.	
	3. Niculescu, Ionela. ”Volei”, Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.;	
	Handbal	
	1. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p.	
	2. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p.	
	3. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p.	
4. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-10, 216 с.		
Rugby		
1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.		
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.		
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.		
Baschet		
1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.		
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p.		
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău., 2016, p. 7 – 25		
Tenis de masă		
1. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.		
2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся		

настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.

3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing, 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chişinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Control complex în proba de sport aleasă CCPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-Master)	M	Codul cursului	S 03 A. 19	Anul	II	Semestrul	3
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	Probe sportive individuale		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.psi_usefs.md@mail.ru		Total	C	S	LP	LI
			150	20	20	-	110
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Controlul complex în proba de sport aleasă", 120 ECTS (probe sportive individuale) este prevăzută pentru studenții Facultății de Sport în cadrul specialității Tehnologia antrenamentului sportiv la ciclul II studiilor de masterat, cu numărul total de credite 120.</p> <p>Conținutul cursului prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului din domeniul ales și tipurile controlării complex, care duce la îmbunătățirea stării sănătății și a măiestriei sportive.</p> <p>Produsul final al acestui curs este acumularea și realizarea în practică a cunoștințelor specifice ale antrenorului în domeniul controlului complex pentru echipele și sportivii în parte.</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a cunoștințelor în procesului de control complex al antrenamentului sportiv în ramura sportivă aleasă din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv;• obiectivele cadru – formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor a conținutului controlului de bază și tipurile generale ale controlului complex specific ramurii sportive alese;• obiectivele de referință – la finele studierii disciplinei CCRSA, studenții vor fi capabili să planifice formele de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive la proba sportivă aleasă.						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor specifice ramurii de sport.</p> <p>Disciplină “Control complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS se studiază la Programul de master “Tehnologia Antrenamentului Sportiv” pe un număr de 120 ore, 5 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 45 ore; lucru individual 110 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – seminare. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de îndeplinit două testări curente. Studiarea obiectului se finalizează cu examen.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv ramurii sportive alese; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei CCPSA, 120 ECTS necesare predării sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unui plan de pregătire, procese de dirijarea ale antrenamentului sportiv; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare; - cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; - cunoașterea, înțelegerea și interpretarea a formelor de control complex în sport ales; - aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizări unor aplicații practice a cunoștințelor acumulate; - aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenamente sportive în probă sportivă aleasă; - aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea formelor de control care vor contribui la formarea a unei echipe omogene în proba de sport aleasă; - determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	S	LI
	1	Controlul și planificarea în proba de sport aleasă	26	2	4	20
	2	Studiarea formelor principale ale controlului în proba de sport aleasă	28	4	4	20
	3	Specificul verificării a aspectelor de pregătire în proba de sport aleasă	26	4	2	20
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și discifarea rezultatelor primite	24	2	2	20
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu	16	4	2	10

		anual de antrenamente sportive la proba sportivă aleasă				
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie	30	4	6	20
		Total :	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei “Control complex în proba de sport aleasă”, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a masteranzilor pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe temele predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului ciclului II, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecieria se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internationali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. 4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. 5. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. 6. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. 7. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. 8. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994. 9. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990. 10. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p. 11. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. p. 14-68; p. 135-148. 12. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243. 					

13. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
14. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
15. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.
16. Визирякина В. А. Физическая подготовка стрелка-спортсмена: методические основы. Методические рекомендации. Белгородский район, 2018. 16 с.
17. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
18. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
19. Воронова Е. А. Развитие конного спорта невозможно без комплексного подхода // Российское олимпийское движение, № 2, 2010. с. 181-185.
20. Дей В. Тренировка скаковой лошади. – М.: Книжный дом Либриком, 2012. с. 204.
21. Диллон Д.М. Конный спорт. Техника и стиль прыжка / Д.М. Диллон. М.: «Аквариум», 2002. 160 с.
22. Дугарова Д. В., Петренко Г. П., Аксенов М. О. Планирование нагрузки в спорте // Вестник Бурятского государственного университета, №13, 2012. С. 82.
23. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин Москва.: Спорт, 2016. 464 с.
24. Климке Р. Выездка молодой спортивной лошади / Р.Климке. М.: «Аквариум», 2002. 224 с.
25. Коган И.Л. Практическое руководство по конному спорту. Специализированная подготовка лошадей и всадников. М.: «Аквариум», 2012. 243 с.
26. Курамшин Ю. Ф., Дитягин А. Н. Планирование, контроль и учет в процессе спортивной подготовки. – СПб: [б.и.], 2007. с. 5.
27. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
28. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. 544 с.
29. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, p. 57-60. ISSN 1857-4114.
30. Никитушкин В. Г. Современная подготовка юных спортсменов. Методическое пособие. Москва, 2009. 112 с.
31. Носович С. Л. Современная езда. Скачки и тренировка. – М.: Либроком, 2011. С. 75.
32. Бардамов Г. Б. Управленческие задачи и их значимость при планировании учебно-тренировочной деятельности в спорте высших достижений // Вестник Бурятского государственного университета, № 13, 2011. с. 18.
33. Кубланов М.М. Силовая подготовка стрелков-винтовочников. Учебное пособие. Воронеж, 2003. 163 с.
34. Невзоров А. А. Тракт о школьной посадке / А.А. Невзоров. М.: «АСТ», 2008. 127с.
35. Петушкова Е.В. Характеристика международного конного спорта / Е.В. Петушкова. М.: «Мгафк», 2000. 65 с.
36. Платонов В.Н. Система подготовки в Олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. Киев. Олимпийская литература. 2004. 808 с.
37. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scortenschi Dmitri, dr. în științe ale educației, lect. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- natație@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (înotul sportiv)”, 120 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la înot, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;• obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism						

	<p>stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a înotătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă” este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în natație; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în natație; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la înot. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în natație; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor; • aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul

	<p>anual de antrenament sportiv în natație;</p> <ul style="list-style-type: none"> • aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în natație. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în sporturile nautice.	28	4	4	20
	2	Studierea formelor principale ale controlului în sporturile nautice.	30	6	4	20
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în sporturile nautice.	16	4	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	14	2	2	10
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în sporturile nautice.	26	2	4	20
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în sporturile nautice	36	2	4	30
Total :			150	20	20	110
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristica (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și surse bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1 3. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. 4. Rîșneac, V., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. 5. Șalgău Silviu Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1 6. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки ловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3 7. Анатомия плавания [пер. с англ. С.Э. Борич]. – Минск: «Попурри», 2011. – 200 с.: ил. ISBN 978-985-15-1219-1 8. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 9. Булгакова Н. Ж.– Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 10. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 11. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 12. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр «Академия», 2003. 13. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 14. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 15. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСит. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092 16. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9 17. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 18. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 19. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012. 20. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5 21. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4 22. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 23. Платонов В.Н. –Плавание.- Киев: Олимпийская литература, 2000. 24. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012 25. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000.
--------------------------------	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (gimnastica ritmică)”, 120 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica ritmică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament; • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism 						

	<p>stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS, gimnastica ritmică este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în gimnastica ritmică; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în gimnastica ritmică; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor din gimnastica ritmică;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în gimnastica ritmică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în gimnastica ritmică.	28	4	4	20
	2	Studierea formelor principale ale controlului în gimnastica ritmică.	18	4	4	10
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în gimnastica ritmică	16	4	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	24	2	2	20
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în gimnastica ritmică.	38	4	4	30
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în gimnastica ritmică.	26	2	4	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. 3. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 4. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 7. Крайждан,О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 	

Data completării:01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra		Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru		Total	C	S	L/P	LI
			150	20	20	-	110
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Controlul complex în proba de sport aleasă (gimnastica ritmică)”, 120 ECTS este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica ritmică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficientă a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;• obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism						

	<p>stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Controlul complex în proba de sport aleasă”, 120 ECTS, gimnastica ritmică este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica ritmică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei; • acumularea cunoștințelor în domeniului planificării și controlului complex la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • abilități de aplicare ale diferitor forme de control cu sportivii la diferit nivel de măiestrie sportivă; • capacitatea de organizare a controlului medical cu copii și sportivi de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastice artistice; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul organizării și desfășurării controlului complex în proba de sport aleasă; • cunoașterea formelor de control complex în gimnastica artistică; • cunoașterea aspectelor specifice ale controlului în gimnastica artistică; • cunoașterea principiilor planificării controlului complex în antrenamentul sportiv la gimnastica artistică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de control pentru sportivi și luarea deciziilor pe baza rezultatelor primite; • aplicarea controlului complex în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în gimnastica ritmică; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor din gimnastica ritmică;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivilor; aplicarea eficientă a controlului și a evaluării pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament sportiv în gimnastica artistică.; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului în gimnastica artistică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Controlul și planificarea în gimnastica artistică.	28	4	4	20
	2	Studierea formelor principale ale controlului în gimnastica artistică.	18	4	4	10
	3	Specificul verificării aspectelor de pregătire în gimnastica artistică.	14	2	2	10
	4	Cerințele principale ale organizării și desfășurării a controlului complex și descifrarea rezultatelor primite.	38	4	4	30
	5	Planificarea formelor de control într-un ciclu anual de antrenamente sportive în gimnastica artistică.	28	4	4	20
	6	Formele de control medical pentru diferite categorii de sportivi cu diferită vârstă și măiestrie în gimnastica artistică.	24	2	2	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristica (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

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. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013. 2. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332. 3. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1. 4. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii	TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)						
Denumirea cursului	Controlul complex în proba de sport aleasă CCPSA (atletism)						
Titularul cursului	Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.						
Ciclul (M-Master)	M	Codul cursului	S 03 A.19	Anul	II	Semestrul	3
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	Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	atletism.usefs@mail.ru		Total	C	S	LI	
			150	20	20	110	
Nota de prezentare	<p>Conținutul și modul de organizare a acestui modul au fost elaborate în conformitate cu curriculumul USEFS (Programul de master – Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 120 ECTS) (Aprobat prin Hotărârea Senatului USEFS din 23.06.2016, proces verbal nr.6). La rândul său, planul de învățământ a fost elaborat în conformitate cu prevederile Codului Educației, adoptate de Parlamentul Republicii Moldova la 17 iulie 2014 (152) și Planul-cadru pentru studii superioare, aprobate prin Ordinul Ministrului Educației al Republicii Moldova nr. 1054 din 10.29.2015.</p> <p>Concretizarea scopului permite formularea obiectivelor modulului:</p> <ul style="list-style-type: none"> - familiarizarea cu sistemul de control și corectare a procesului de antrenament; - familiarizarea cu variantele implementarea de control în procesul dirijării a antrenamentului sportiv, modelării și selecție; - familiarizarea cu cerințe metrologice pentru bateria de teste și conținutul acesteia; - familiarizarea cu sistemului de control al activității competiționale în atletismul ciclic și aciclic, a stării de pregătire: tehnic și tactic, motor, funcțional, a eforturilor competitive și de antrenament 						

	<p>Evaluarea cunoștințelor se va desfășura în cadrul seminarelor la temele cursului teoretic și practic.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească cerințele metrologice pentru bateria de teste și conținutul acestora • Cunoașterea sistemului de control și corectare a procesului de antrenament • Formarea unui sistem de cunoștințe din domeniul programării și dirijării antrenamentului sportiv • Să însușească metodologia programării și controlului, prognozării și modelării • Să însușească tehnologiile de cercetare științifică aplicate în atletism • Utilizarea tehnologiilor de corecție a potențialului motor pe baza modelului de antrenament • Să însușească metodele de analiză statistice și activitățile de cercetare aplicate în domeniul antrenamentului sportiv <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competență de conștientizare a valorilor. Această competență în domeniul concepției despre viață, asociată cu conceptele valorice ale profesorului, presupune capacitatea acestuia de a vedea și de a înțelege lumea din jurul său, de a se orienta în ea, de a fi conștient de rolul și misiunea sa care o are, să fie în măsură să aleagă scopurile și unitățile semantice pentru acțiunile și comportamentul său, precum și să ia decizii. Această competență oferă un mecanism de autodeterminare a profesorului în situații de activități educaționale sau de altă natură.</p> <p>Competență de culturală generală. Aceasta include gama de probleme, de care educatorul trebuie să fie conștient, să posede cunoștințe și experiență de activitate profesională. Acesta prevede particularitățile culturii naționale și universale, bazele spirituale și morale ale vieții umane, ale națiunilor aparte, bazele culturologice ale fenomenelor și tradițiilor de familie, sociale și publice, rolul științei și religiei în viața umană și impactul lor asupra lumii înconjurătoare, competențe în gospodărie, culturale și de agrement.</p> <p>Competență educațională și cognitivă. Reprezintă un set de competențe ale cadrelor didactice în sfera activității cognitive independente, care include elemente de logică, metodologie și alte activități legate de obiectele reale studiate. Acesta include cunoștințe și abilități de stabilire a obiectivelor, planificare, autoevaluare a activității educaționale și cognitive, reflecție, analiză.</p> <p>Competența de informare. Această competență prevede abilitățile profesorului de a lucra cu informația cuprinsă în domeniile disciplinare și educaționale, precum și în lumea înconjurătoare.</p> <p>Competența comunicativă. Include cunoașterea limbilor necesare, modalitățile de interacțiune cu oamenii înconjurători, abilitățile de a lucra în grup, deținerea diferitelor roluri sociale în colectiv.</p> <p>Competență socială și de muncă. Prevede posesia cunoștințelor și a experienței în activități civile și publice, în sfera socială și de muncă, în domeniul relațiilor și a obligațiilor familiale, în materie de economie și drept și în autodeterminarea profesională.</p> <p>Competența de autoperfecționare personală. Această competență prevede dezvoltare fizică, spirituală și intelectuală, autoreglare emoțională și auto-susținere.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; • să însușească tehnologia ale procesului de programare și dirijare a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă • să însușească cunoștințe și abilități de control activității competiționale, a nivelului pregătirii tehnico-tactice și motrice, a eforturilor de antrenament și

competiționale în diferite probe ale atletismului

- să însușească cunoștințe despre organizarea sistemului de control în ciclul anual de pregătire a atleților etc

La nivel de înțelegere și aplicare:

- se aplică în procesul de analiză a eficacității antrenamentului sportivilor
- să formeze abilitățile de programare și dirijare a procesului de antrenament în proba sportivă aleasă
- să implementeze sistemul de control în procesul dirijării a antrenamentului sportiv, modelării și selecție;
- se aplice sistemul de control la toate etapele de antrenament multianual.

La nivel de integrare:

- să implementeze în practică cunoștințele și competențele acumulate în cadrul activității cognitive
- să mențină comunicarea profesională, popularizarea tehnologiilor inovatoare printre practicieni sau viitori profesioniști, studiază tendințele în suportul tehnologic pentru antrenamentul sportivilor, dezvoltă strategii și tactici de utilizare a tehnologiei și etc

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	C	S	LI
1	Control în sistemul de pregătire a sportivilor (scop, obiective, tipuri etc). Etapele controlului și planificarea acestora în ciclul anual. Organizarea sistemului de control într-un ciclul anual, în funcție de tipul de specializare. Particularitățile sistemului de control în diferite etape ale antrenamentului multianuale.	16	2	4	10
2	Control de complex, conținutul acestuia. Particularitățile ale formării complexelor de diagnostice în funcție de tipul de specializare. Metode sistemului control de complex.	14	2	2	10
3	Lecția de recalculare	14	2	2	10
4	Controlul activității competiționale în atletismul ciclic și aciclic. Controlul stării de pregătire: tehnic și tactic, motor, funcțional etc. Controlul eforturilor competitive și de antrenament.	18	4	4	10
5	Cerințe metrologice pentru bateria de teste și conținutul acesteia. Testați fiabilitatea, stabilitatea, consistența, echivalența. Informativitatea testelor, logic, empiric. Criteriile și evaluarea acestora. Norme de vârstă, individuale, comparabile și adecvate. Evaluări ale experților. Omogenitatea sau eterogenitatea bateriei de testare.	26	4	2	20
6	Control și management. Control și modelare. Controlul și prognoza talentului (selecție).	24	2	2	20
7	Lecția de recalculare.	24	2	2	20
8	Susținerea de proiect.	14	2	2	10
Total :		150	20	20	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, 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 implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

<p align="center">Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: proiect, curentă și finală.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a trei lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Pe parcurs semestrului realizarea un proiect conform tematicii propuse de profesor.</p> <p>Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>	
<p align="center">Stabilire a notei finale (pondera exprimată în %)</p>	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
<p align="center">Referințe bibliografice</p>	<p align="center">În limba română</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Muraru A. Ghidul antrenorului. București Proxima, 2004. 400 p. 2. Ursanu G., Budevici A., Ursanu V. Modelarea și algoritmizarea managerială a antrenamentului sportiv la grupele de începători și avansați în atletism. Iași: Demiurg, 2008. 164 p. <p align="center">În limba rusă</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Баландин В., Блудов Ю., Плахтиенко В. Прогнозирование в спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1986. 192 с. 2. Благущ А. К теории тестирования двигательных способностей. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 162 с. 3. Булкин В. Педагогическая диагностика как фактор управления двигательной деятельностью спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук Москва, 1989. 32 с. 4. Горашенко А. Методологические аспекты построения моделей в спорте: Сб. науч. трудов. Кишинев: НИФВС, 2005. с. 34 -50. 5. Горашенко А. Управление тренировочным процессом юных легкоатлетов по критериям должных величин: Метод. реком. Кишинев: НИФВС, 2005. 52 с. 6. Запорожанов В. Контроль в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1988. 144 с. 7. Зацюрский В. Спортивная метрология: педагогический контроль в тренировочном процессе: Учеб. пособ. Москва: ГЦОЛИФК, 1978. 49 с. 8. Иванов В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 256 с. 9. Коренберг В. Спортивная метрология: словарь-справочник: Учеб. пособ. Москва: Советский спорт, 2004. 340 с. 10. Корольков А., Петленко В. Философские проблемы теории нормы в биологии и медицине. Москва: Медицина, 1977. 393 с. 11. Кузнецов В., Шустин Б. Методология построения модельных характеристик сильнейших спортсменов. В: Совершенствование управления системой подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1980. с. 131. 12. Набатникова М. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 280 с. 13. Набатникова М., Никитушкина В. Методология построения должных норм разносторонней физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Метод. реком. Москва: ВНИИФК, 1984. 38 с. 14. Никитушкин В. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: Автореф. дис. д-ра пед. наук. Москва, 1996. 98 с. 	

- | | |
|--|--|
| | <p>15. Никитушкин В. Система подготовки спортивного резерва. Москва: Квант, 1994. 320 с.</p> <p>16. Петровскq В. Методы педагогического контроля в спортивной тренировке. Киев: Здоровья, 1975. 78 с.</p> <p>17. Разумовский Е. Проблемы управления подготовкой квалифицированных спортсменов (теоретические аспекты). В: Методологические проблемы совершенствования системы подготовки квалифицированных спортсменов. Москва: ВНИИФК, 1984. с. 53-78.</p> <p>18. Сулова Ф., Сыч В., Шустина Б. Современная система спортивной тренировки. Москва: СААМ, 1995. 448 с.</p> <p>19. Сутула В., Алабин В., Никитушкин В. Контроль в спорте. Харьков: Основа, 1995. 104 с.</p> <p>20. Тер-Ованесян И. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. Москва: Тера-Спорт, 2000. 128 с.</p> <p>21. Чернов К., Юцин Ю., Брянкин С. Теория индивидуального управления процессом спортивной подготовки. Москва: МОГИФК, 1980. 129 с.</p> |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Goraşenco Alexandr

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă MPFPSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă (jocurile sportive)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv (120 ECTS), în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la jocuri sportive, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării jucătorilor la diferite jocurile sportive și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori la jocuri sportive, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în jocurile sportive, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;						

	<ul style="list-style-type: none"> • Obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a jucătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • Obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” (jocurile sportive) este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor la diferite jocurile sportive.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • Capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei organismului feminin; • Acumularea cunoștințelor în domeniului pregătirii femeilor la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • Abilități de aplicare ale diferitor forme de pregătire cu sportivele la diferit nivel de măiestrie sportivă; • Capacitatea de organizare a controlului complex cu copii și sportivele de performanță în probă sportivă aleasă; • Competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la jocurile sportive; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul jocurilor sportive; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la jocuri sportive și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea noțiunilor principale din metodologia pregătirii femeilor în diferite jocurile sportive; • Cunoașterea formelor de pregătire a femeilor în diferite jocurile sportive; • Cunoașterea aspectelor specifice metodologiei pregătirii femeilor în diferite jocurile sportive; • Cunoașterea principiilor planificării pregătirii femeilor în antrenamentul sportiv la jocuri sportive. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea în practică a formelor principale de pregătire a femeilor în jocurile sportive; • Aplicarea programului model de pregătire a femeilor în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în jocurile sportive; • Aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a

	<p>sportivelor;</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; • Aplicarea abordărilor moderne ale pregătirii pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament al sportivelor în jocurile sportive; • Aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în jocurile sportive. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul metodologiei pregătirii femeilor în procesul de antrenament în jocurile sportive.	19	2	2	15
	2	Conținutul metodologiei pregătirii fizice generale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în jocurile sportive.	28	4	4	20
	3	Conținutul metodologiei pregătirii fizice speciale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în jocurile sportive.	28	4	4	20
	4	Conținutul metodologiei pregătirii tehnice și tactice a femeilor în procesul de antrenament la jocurile sportive.	28	4	4	20
	5	Conținutul metodologiei pregătirii: funcțională, noțiuni de refacere și reabilitare, psihologică, competițională, teoretică a femeilor în jocurile sportive.	26	3	3	20
	6	Conținutul planificării, evidenței și controlului a pregătirii femeilor în diferite jocurile sportive la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.	21	3	3	15
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice	
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	<ol style="list-style-type: none"> Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. Mocrousov, E. Method of application of a large number of balls, as an effective factor for long-term training of highly qualified table tennis athletes. Conference Volume of International Scientific Conference “Youth in the perspective of the Olympic movement”. 08-09 March 2019. Brașov, România, p. 16-17. ISSN 2359-8859. Платонов В.Н., Гуськов С.И. – Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физ. воспитания и спорта. – К.: Олимпийская литература, 1994. – Кн.1. К.: Олимпийская литература, 1997. Кн. 2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 583 с. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: «Физкультура и спорт», 1986. 286 с. Платонов В.Н. Теория спорта. К.: Вища шк.Головное изд-во, 1987. 424 с. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. К.: Вища шк. Головное изд-во, 1984. 352 с. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 272 с. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424 с. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392 с. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă MPFPFA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia – Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	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.psi_usefs. md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă (probe sportive individuale)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportiv (120 ECTS), în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la jocuri sportive, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării luptătorilor la diferite jocurile sportive și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori la probe sportive individuale, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în jocurile sportive, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;						

	<ul style="list-style-type: none"> • Obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a luptătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • Obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” (probe sportive individuale) este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor la diferite probe de lupte.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • Capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei organismului feminin; • Acumularea cunoștințelor în domeniului pregătirii femeilor la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • Abilități de aplicare ale diferitor forme de pregătire cu sportivele la diferit nivel de măiestrie sportivă; • Capacitatea de organizare a controlului complex cu copii și sportivele de performanță în probă sportivă aleasă; • Competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la probe sportive individuale; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul probelor sportive individuale; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la probe sportive individuale și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea noțiunilor principale din metodologia pregătirii femeilor în diferite probe sportive individuale; • Cunoașterea formelor de pregătire a femeilor în diferite jocurile sportive; • Cunoașterea aspectelor specifice metodologiei pregătirii femeilor în diferite probe sportive individuale; • Cunoașterea principiilor planificării pregătirii femeilor în antrenamentul sportiv la probe sportive individuale. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea în practică a formelor principale de pregătire a femeilor în probe sportive individuale; • Aplicarea programului model de pregătire a femeilor în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în probele sportive individuale;

	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; • Aplicarea abordărilor moderne ale pregătirii pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament al sportivelor în probe sportive individuale; • Aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în diferite probe sportive de lupte. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul metodologiei pregătirii femeilor în procesul de antrenament în probe sportive individuale.	19	2	2	15
	2	Conținutul metodologiei pregătirii fizice generale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în probele sportive individuale.	28	4	4	20
	3	Conținutul metodologiei pregătirii fizice speciale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în probele sportive individuale.	28	4	4	20
	4	Conținutul metodologiei pregătirii tehnice și tactice a femeilor în procesul de antrenament la probe sportive individuale.	28	4	4	20
	5	Conținutul metodologiei pregătirii: funcțională, noțiuni de refacere și reabilitare, psihologică, competițională, teoretică a femeilor în probe sportive individuale.	26	3	3	20
	6	Conținutul planificării, evidenței și controlului a pregătirii femeilor în diferite probele sportive de lupte la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.	21	3	3	15
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice,</p>					

	<p>se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 2. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 3. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internationali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p. 4. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p. 5. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997. 6. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p. 7. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999. 8. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994. 9. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990. 10. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p. 11. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. p. 14-68; p. 135-148. 12. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținând cont de influența diverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p. 234-243. 	

Data completării: 01.09.2021

Polevaia – Secăreanu Angela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)</i>					
Denumirea cursului		Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă MPFPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scorțenschi Dmitri, dr. în științe ale educației, lect. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și 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- nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS), în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la înot, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-înotător și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a înotătorilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • Capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei organismului feminin; • Acumularea cunoștințelor în domeniului pregătirii femeilor la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • Abilități de aplicare ale diferitor forme de pregătire cu sportivele la diferit nivel de măiestrie sportivă; • Capacitatea de organizare a controlului complex cu copii și sportivele de performanță în probă sportivă aleasă; • competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale din metodologia pregătirii femeilor în natație; • cunoașterea formelor de pregătire a femeilor în natație; • cunoașterea aspectelor specifice metodologiei pregătirii femeilor în natație; • cunoașterea principiilor planificării pregătirii femeilor în antrenamentul sportiv la înot. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de pregătire a femeilor în natație; • aplicarea programului model de pregătire a femeilor în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în natație; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor; <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor;

	<ul style="list-style-type: none"> • aplicarea abordărilor moderne ale pregătirii pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament al sportivelor în natație; • aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în natație. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul metodologiei pregătirii femeilor în procesul de antrenament în natație.	19	2	2	15
	2	Conținutul metodologiei pregătirii fizice generale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în natație.	28	4	4	20
	3	Conținutul metodologiei pregătirii fizice speciale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în natație.	28	4	4	20
	4	Conținutul metodologiei pregătirii tehnice și tactice a femeilor în procesul de antrenament la natație.	28	4	4	20
	5	Conținutul metodologiei pregătirii: funcțională, noțiuni de refacere și reabilitare, psihologică, competițională, teoretică a femeilor în natație.	26	3	3	20
	6	Conținutul planificării, evidenței și controlului a pregătirii femeilor în natație la diferite etape multianuale a pregătirii sportive.	21	3	3	15
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>					

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 seminar	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1 3. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. 4. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. 5. Șalgău Silviu Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1 6. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки ловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3 7. Анатомия плавания [пер. с англ. С.Э. Борич]. – Минск: «Попурри», 2011. – 200 с.: ил. ISBN 978-985-15-1219-1. 8. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 9. Булгакова Н. Ж.– Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 10. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 11. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 12. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр «Академия», 2003. 13. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 14. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 15. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСиТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092 16. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9 17. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 18. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 19. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012. 20. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5. 21. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4. 22. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă MPFPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă (gimnastica artistică)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS), în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica artistică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-gimnast și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de gimnastica ritmică, capabili de a utiliza componentele controlului complex sportiv în gimnastica artistică, pentru desfășurate eficientă a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de gimnastica artistică.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • Capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei organismului feminin; • Acumularea cunoștințelor în domeniului pregătirii femeilor la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • Abilități de aplicare ale diferitor forme de pregătire cu sportivele la diferit nivel de măiestrie sportivă; • Capacitatea de organizare a controlului complex cu copii și sportivele de performanță în probă sportivă aleasă; <p align="center">Competențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul gimnastica artistică; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica artistică și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale din metodologia pregătirii femeilor în gimnastica artistică; • cunoașterea formelor de pregătire a femeilor în gimnastica artistică; • cunoașterea aspectelor specifice metodologiei pregătirii femeilor în gimnastica artistică; • cunoașterea principiilor planificării pregătirii femeilor în antrenamentul sportiv la gimnastica artistică. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de pregătire a femeilor în natație; • aplicarea programului model de pregătire a femeilor în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în natație; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a

	<p>sportivelor;</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; aplicarea abordărilor moderne ale pregătirii pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament al sportivelor în gimnastica artistică; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în gimnastica artistică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul metodologiei pregătirii femeilor în procesul de antrenament în gimnastica artistică.	19	2	2	15
	2	Conținutul metodologiei pregătirii fizice generale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în gimnastica artistică.	28	4	4	20
	3	Conținutul metodologiei pregătirii fizice speciale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în gimnastica artistică.	28	4	4	20
	4	Conținutul metodologiei pregătirii tehnice și tactice a femeilor în procesul de antrenament la gimnastica artistică.	28	4	4	20
	5	Conținutul metodologiei pregătirii: funcțională, noțiuni de refacere și reabilitare, psihologică, competițională, teoretică a femeilor în gimnastica artistică.	26	3	3	20
	6	Conținutul planificării, evidenței și controlului a pregătirii femeilor în natație la diferite etape multianuale a pregătirii sportive în gimnastica artistică..	21	3	3	15
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristica (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	<p>studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. 3. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 4. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 7. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 	

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă MPFPSA (atletism)					
Titularul cursului		Gorașenco Alexandr, dr. în pedagogie, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			E
Ore de contact direct		40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S-componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare		<p>Disciplina de studii „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă (atletism)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Tehnologia antrenamentului sportive (120 ECTS), în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Conținutul cursului „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” prevede îmbunătățirea cunoștințelor teoretico-metodice, însușirea formelor de evaluare și observațiilor în procesul de antrenamente sportive la gimnastica artistică, cunoașterea particularităților morfo-fiziologice a dezvoltării sportivului-atlet și tipurile controlului complex, care duce la îmbunătățirea stării de sănătate și a măiestriei sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de atletism, capabili de a utiliza componentele 					

	<p>controlului complex sportiv în atletism, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul pregătirii multianuale de antrenament;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea a etapelor și tipurilor de control și evaluare a sistemului de pregătire a gimnastilor, care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Metodologia pregătirii femeilor în proba de sport aleasă” este planificată în an II, sem. 3, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de atletism.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de bază din teoria antrenamentului sportiv în probă sportivă aleasă; • Capacitatea de sistematizare a cunoștințelor din domeniul anatomiei și fiziologiei organismului feminin; • Acumularea cunoștințelor în domeniului pregătirii femeilor la diferite etape ale procesului de antrenamente sportive în proba sportivă aleasă; • Abilități de aplicare ale diferitor forme de pregătire cu sportivele la diferit nivel de măiestrie sportivă; • Capacitatea de organizare a controlului complex cu copii și sportivele de performanță în probă sportivă aleasă; <p>Ccompetențe și aptitudini specifice specialistului de profil: instrumental-aplicative; de cercetare; informaționale.</p> <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la proba de atletism; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul de atletism; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicarea interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la atletism și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale din metodologia pregătirii femeilor în diferite probe de atletism; • cunoașterea formelor de pregătire a femeilor în atletism; • cunoașterea aspectelor specifice metodologiei pregătirii femeilor în atletism; • cunoașterea principiilor planificării pregătirii femeilor în antrenamentul sportiv în atletism. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aplicarea în practică a formelor principale de pregătire a femeilor în atletism; • aplicarea programului model de pregătire a femeilor în timpul unui ciclu de antrenament sportiv în atletism; • aplicarea formelor specializate de control pentru analiza formei actuale sportive a sportivelor;

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> determinarea posibilităților de creștere a rezultatelor și planificării efortului în antrenamentele sportive pe baza rezultatelor controlului complex ale sportivelor; aplicarea abordărilor moderne ale pregătirii pentru planificarea efortului în ciclul anual de antrenament al sportivelor în atletism; aptitudini de operare cu sursele informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico- metodic a specialistului în atletism. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul metodologiei pregătirii femeilor în procesul de antrenament în atletism.	19	2	2	15
	2	Conținutul metodologiei pregătirii fizice generale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în atletism.	28	4	4	20
	3	Conținutul metodologiei pregătirii fizice speciale a femeilor la diverse etape de pregătire sportivă a ciclului multianual în atletism.	28	4	4	20
	4	Conținutul metodologiei pregătirii tehnice și tactice a femeilor în procesul de antrenament la atletism.	28	4	4	20
	5	Conținutul metodologiei pregătirii: funcțională, noțiuni de refacere și reabilitare, psihologică, competițională, teoretică a femeilor în atletism.	26	3	3	20
	6	Conținutul planificării, evidenței și controlului a pregătirii femeilor în natație la diferite etape multianuale a pregătirii sportive în atletism.	21	3	3	15
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristica (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>					

	Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice	
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	<p>1. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>2. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>3. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p.</p> <p>4. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p.</p> <p>5. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие). Херсон, 2004. 152 с.</p> <p>6. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. Изд. 4-е, доп., перераб. Москва: Физкультура и спорт. 1989. 671 с.</p> <p>7. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2006. 144 с.</p> <p>8. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2014-2015. Москва: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2013. 297с.</p> <p>9. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; Москва: Физкультура и спорт, 1976. 200 с.</p> <p>10. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. Москва: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2004. 272с.</p> <p>11. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 187 с.</p> <p>12. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 580 с.</p> <p>13. http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/anti-doping (accesat la 4.01.2022). https://la.sportedu.ru/sites/la.sportedu.ru/files/competition_organisation_manual.pdf (accesat 05.01.22).</p>	

Data completării: 01.09.2021

Gorașenco Alexandr

Povestea Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Practica de antrenorat – II					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolachi Alexei, lect. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului		Anul	II	Semestrul	3
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							
Catedra	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru atletism.sefs@	Total	C	L/P	S	LI	
		150	20	20	-	110	

	<p>mail.com</p> <p>gimnasticausefs@ mail.ru</p> <p>catedra_PSI_uefs. md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>			
<p>Nota de prezentare</p>	<p>În procesul pregătirii specialiștilor cu înaltă calificare, cel mai important îl are practica profesională orientată, care este una dintre verigile de bază ale sistemului educațional. Ea are o funcție de formare a sistemului, care are ca scop consolidarea efectivă, la studenții ciclului II de studii, a unui șir de priceperi și deprinderi specifice activității profesionale viitoare. Practica are un mare potențial de a forma la viitorul specialist competențele necesare, deoarece conținutul acesteia reflectă activitatea profesională a unui viitor antrenor, dar și organizarea activității sale în condiții reale.</p> <p>Activitățile organizate și desfășurate în cadrul practicii contribuie la formarea profesională a viitorului specialist, de asemenea, la formarea și consolidarea deprinderilor de autoeducare și creativitate. Acest stadiu de practică reprezintă o verigă de legătură dintre procesul de instruire și activitatea profesională independentă.</p> <p>Practica de antrenorat a studenților ciclului II al sistemului de învățământ superior din Republica Moldova asigură implementarea sarcinilor sale în cadrul activității cu sportivii din GIU (grupele de instruire și antrenament) și GPS (grupele de perfecționare sportivă).</p> <p>Practica de antrenorat – II se încadrează perfect în programul de pregătire profesională a masteranzilor de la specialitatea TAS (Tehnologia Antrenamentului Sportiv, 120 ECTS). Modulul corespunde tuturor standardelor existente ale învățământului universitar, include în sine un set de informații actualizate, dezvoltarea cărora garantează stapanirea setului necesar de priceperi și deprinderi, care permit desfășurarea activităților de antrenorat la un nivel profesional înalt.</p>			
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului; - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, diligență, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formuleze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil 			

de viață sănătos, nevoii de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.;

- să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului;
- să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor;
- să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv;
- să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex;
- să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională;
- să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament;
- să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale;
- să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament;
- să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții;
- să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament;
- să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora;
- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;
- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;
- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice reflectă caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrice și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);
- să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive;
- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;
- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;
- să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv;
- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;
- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;
- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;
- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;
- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);
- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;
- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;
- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;
- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;
- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;
- formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia;
- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;
- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;
- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- realizarea unui sondaj de opinie a arbitrilor;
- desfășurarea unor măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire;
- analiza logistică – managerială a nivelului de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;

- efectuarea de cercetări pe tema tezei de master, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la proba sportivă aleasă;
- să elaboreze programe de antrenament la proba sportive aleasă, precum și planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive la proba sportive aleasă de diferit nivel.

Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
		Total	Curs	Seminar	LP	LI
1	Organizational si informational	34	2	-	2	30
2	Instructiv-metodic	30	10	-	8	12
3	Sportiv de masă	24	2	-	2	20
4	Educativ	16	4	-	2	10
5	Instructivă de cercetare	20	2	-	2	16
6	Agitație și propagandă	12		-	2	10
7	Administarativ - logistic	14		-	2	12
Total :		150	20	-	20	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.

Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări delaborator* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. Evaluarea finală Evaluarea inițială a activității studentului – stagiar se efectuează de metodistul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării stagiului de practică. Nota finală a activității

	<p>studentului–stagiari se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și metodistul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiari pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. Bucuresti: Editura Fundației România de Mâine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. 5. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice on școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 6. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 7. Secrieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iacii, 2002. 8. Ciorba C și coautori ”Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)”. Chișinău, „Valinex” SA, 2007. 9. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică a jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145 p. 10. Niculescu, Ionela. ”Volei”, Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p. 11. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. 12. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7. 150 p. 13. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p. 14. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с. 15. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarenco N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p. 16. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p. 17. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p. 18. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p. 19. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p. 20. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, p. 7 – 25. 	

21. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.
22. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.
23. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями: монография. - Москва: ИНФРА-М, 2022. - 313 с. ISBN 978-5-16-015465-7.
24. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И. и др. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 432 с. ISBN 5-7695-1989-4.
25. Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. -М., 1976. 64 с.
26. Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. -176с.
27. Ганчар И.Л. Плавание: теория и методика преподавания спортивного-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007.
28. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования. Одесса «Друк», 2006, 699 с.
29. Гилев Г.А. Малиновский С.В. Тренажёр для специальной подготовки пловцов// Теория и практика физкультуры. 1976. - № 7. с. 67-69.
30. Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажёрных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. -М., 1978. 21 с.
31. Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСиТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092.
32. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9.
33. Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. -М.: физкультура и спорт, 2003, 80 с.
34. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
35. Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983.
36. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. 320 с.
37. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.
38. Платонов В.Н. –Плавание. Киев: Олимпийская литература, 2000.
39. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.
40. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012
41. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич. пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3
42. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9.
43. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia

- Universității din Craiova, 2001. 105 p.
44. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
 45. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
 46. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
 47. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9.
 48. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с.
 49. Buftea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. În: Didactica gimnasticii. Vol.I. Teorie și metodologie. Coord. T.
 50. Grimalschi, E. Filipenco, Chișinău: USEFS, 2013, p.178-205.
 51. Cerghit I. Metode de învățământ. Ed. A IV-a revăzută și adăugată. Iași: Polirom, 2006, p. 20.
 52. Grimalschi T. Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p. 11-65.
 53. Sălăvăstru D. Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale. Iași: Polirom, 2006, p. 5-210.
 54. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf>
 55. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
 56. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
 57. <http://sdr.lvsva.biz/page13.html>
 58. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlya-prepodavatelei/128-cto-takoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
 59. <https://infourok.ru/ponyatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniya-1198707.html> (accesat 11.01.22)
 60. <https://studfiles.net/preview/3355746/> (accesat 11.01.22)
 61. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf> (accesat 11.01.22)

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Buftea Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II, SEMESTRUL 4							
Programul de studii		TEHNOLOGIA ANTRENAMENTULUI SPORTIV (120 ECTS)					
Denumirea cursului		Cercetarea/elaborare a tezei de master					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Scorțenchi Dmitrii, dr. în științe ale educației, lect. univ. Polevaia – Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolachi Alexei, lect. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului		Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	30	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		210	Studiu individual	690	Total ore pe semestru		900
Regimul disciplinei							
Catedra	Atletism Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Probe Sportive Individuale Natație și 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	catedratmj@gmail.com catedra-natatie@mail.ru		Total 900	Contact direct 210		LI 690	

	<p>atletism.sefs@mail.com</p> <p>gimnasticausefs@mail.ru</p> <p>catedra_PSI_uefs.md@mail.ru</p> <p>catedra-natatie@mail.ru</p>			
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Elaborarea tezei de master constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practice asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul - viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Astfel, studiul bazelor practicii de antrenorat devine prioritar pentru studenți, ca viitori specialiști și, deopotrivă, pentru practicienii și elaboratorii de strategii, de tactici de organizare și conducere. Stagiile de practică în cadrul formării inițiate în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, federații, cluburi și școli sportive.</p> <p>Practica de cercetare/Elaborarea tezei de master este prevăzută în planul de studii și are următoarele obiective fundamentale: <i>consolidarea și aprofundarea cunoștințelor teoretice; obținerea deprinderilor practice în specialitatea de educație fizică și sport; culegerea materialelor practice necesare în elaborarea tezei de licență.</i></p> <p>În conformitate cu decizia Senatului USEFS din 30.03.2017 privind calitatea elaborării tezelor de master și licență de către studenți, ciclul I și II, precum și în scopul monitorizării punerii în aplicare de către catedre și facultăți a cerințelor și recomandărilor ce facilitează sporirea competențelor profesionale ale viitorilor specialiști de cultură fizică, catedrele efectuează o analiză asupra situației respective în vederea stabilirii nivelului, la care s-a realizat procesul sus menționat.</p> <p>Studenții sunt informați la catedre cu <i>Regulamentul privind elaborarea tezelor de licență/master</i>, acesta fiind plasat pe site-ul universității.</p> <p>Teza de master este una dintre componentele principale ale examenului de licență și reprezintă o lucrare de sinteză executată în baza competențelor profesionale acumulate de student în perioada studiilor, a cunoștințelor teoretice, precum și a abilităților practice obținute la disciplinele fundamentale și la cele de specialitate, a activității de cercetare științifică efectuată în cadrul cercurilor științifice etc.</p> <p>Susținerea publică a tezei de master se finalizează studiile la Ciclul II, Masterat.</p> <p>Calitatea înaltă a rezultatelor activității didactice, care este determinată de nivelul cunoștințelor și al deprinderilor absolvenților USEFS, este posibilă doar prin asigurarea unui nivel înalt de organizare a procesului instructiv pe parcursul întregii perioade de studii. În corespundere cu cerințele Codului educației nr.152 din 17 iulie 2014, studenții USEFS, după finalizarea studiilor la Ciclul II (Master), trebuie să elaboreze o lucrare de calificare la sfârșitul studiilor sub formă de teză de licență. Totodată, tezele de licență trebuie să cuprindă o componentă științifică, fără plagiat și compilare a materialului informativ. Teza de licență este considerată un rezultat final și integral al pregătirii profesionale a studenților anului terminal la specialitatea respectivă. Ea trebuie să</p>			

	<p>reprezintă o cercetare realizată de sine stătător și, finalizată, să conțină elemente de noutate științifică și, în măsura posibilităților, să poarte un caracter experimental, de asemenea să aibă importanță teoretică și practică. Teza de master este unul dintre principalele criterii de apreciere a corespunderii nivelului de pregătire teoretică și practică a studentului, cerințelor curriculum-ului universitar în specialitatea aleasă. Monitorizarea și evaluarea organizării susținerii tezelor de licență în cadrul USEFS se realizează de către rector, prorectori și decanii facultăților sub egida Consiliului de calitate al universității.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă); - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, sârguință, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formeze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv), cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil de viață sănătos, necesității de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.; - să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului; - să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor; - să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv; - să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex; - să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională; - să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament; - să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale; - să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament; - să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții; - să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament; - să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de

nivelul de pregătire sportivă a acestora;

- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;

- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;

- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice includ caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de cercetare, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrice și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);

- să întocmească și să prezinte documente din cadrul instituției unde a desfășurat experimentul pedagogic;

- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;

- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;

- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;

- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;

- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;

- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;

- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);

- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;

- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;

- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;

- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;

- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficienței a obligațiilor de funcție;

- formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului

educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- teza de master constituie o componentă importantă a evaluării absolvenților de la Ciclul II (Masterat) și are drept scop evaluarea competențelor în: realizarea cercetării științifice; integrarea cunoștințelor teoretice în procesul de investigație științifică; elaborare a unor soluții practice specifice domeniului de formare profesională; interpretarea studiilor de caz. Teza de licență se elaborează începând cu penultimul an de studii, sub îndrumarea conducătorului/ consultantului științific, în corespundere cu domeniul de formare profesională, direcțiile de cercetare teoretică și experimentală ale catedrelor de specialitate, care sunt în conformitate cu direcțiile generale de cercetare ale USEFS. Candidații selectează tema tezei de licență din lista propusă de catedra de profil, la finele anului de studii precedent. Se admit la susținerea tezei de licență studenții care au realizat integral planul de învățământ și au acumulat numărul de credite stabilit pentru programul respectiv de formare profesională. Teza de master se elaborează de către student, de regulă, în limba română sau în limba în care studentul și-a făcut studiile.

- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;

- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;

- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;

- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;

- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;

- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;

- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;

- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;

- să desfășoare măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivel de pregătire;

- să analizeze din punct de vedere logistic – managerială nivelul de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;

- să organizeze și să realizeze cercetări pe tema tezei de licență, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- Teza de master reprezintă o sinteză cu elemente de cercetare științifico-practică, elaborată de sine stătător de către student sub îndrumarea conducătorului/consultantului științific. Procesul de realizare a tezei de licență cuprinde trei etape:

- PLANIFICAREA - ELABORAREA - SUSȚINEREA PUBLICĂ (prealabilă și finală). Realizarea tezei de licență se va supune unui algoritm de acțiuni:

- PLANIFICAREA - Stabilirea unui Plan calendaristic de realizare a tezei de licență. Conducătorul științific stabilește, de comun acord cu studentul, un program de activitate care vizează etapele de elaborare, prezentare spre discuție și verificare a

materiei cercetate. În Planul calendaristic de realizare a tezei de master conducătorul științific confirmă prin semnătură îndeplinirea de către student a sarcinilor prevăzute pentru anumite etape de elaborare a lucrării. Planul calendaristic de realizare a tezei de licență completat, însoțit de avizul conducătorului științific al studentului, se va anexa la varianta finală a tezei (pentru a fi prezentat Comisiei de licență de susținere finală a tezelor de licență).- Structura cercetării se elaborează cu acordul conducătorului științific, ulterior, odată cu documentarea detaliată la tema abordată, se va întocmi un plan provizoriu al tezei de licență, se vor stabili obiectivele de lucru.

- ELABORAREA - Documentarea științifică. Studentul consultă sursele de documentare disponibile (cărți, documente, periodice, internet, prospecte sau alte publicații, ultimele realizări și evoluții privind tema studiată), abordează, împreună cu conducătorul științific, informațiile din domeniul de cercetare și le structurează logic. Suplimentar, el/ea selectează informații elocvente pentru alcătuirea ulterioară a bibliografiei;

- Elaborarea aparatului categorial de noțiuni, structurarea și redactarea textului științific al capitolului I, conform cerințelor Ghidului de perfectarea tezelor de licență/master USEFS;

- Culegerea materialelor practice și experimentale. Elaborarea și realizarea experimentului de constatare. Perioada elaborării tezei de licență include un stagiu practic care prevede: - realizarea experimentului de constatare; - prelucrarea cantitativă și calitativă a datelor experimentale; - implementarea aspectelor aplicative ale lucrării.

- Elaborarea și prezentarea capitolului II. Analiza, sinteza și prelucrarea datelor experimentale, obținute în cadrul stagiului de practică de licență (de specialitate);

- Prezentarea conducătorului științific a primei variante integrale a tezei de master pentru susținerea prealabilă a ei. SUSTINEREA PUBLICĂ Susținerea prealabilă a tezei de licență are loc la catedră în prezența conducătorului științific și a altor cadre didactice de specialitate, cu cel puțin o lună înainte de data indicată pentru susținerea finală. Studenții care nu au reușit să prezinte teza de licență spre examinare la susținerea prealabilă, nu se admit la următoarea etapă de susținerea a tezei de licență.

- Redactarea finală a tezei de licență înainte de copertare. Conducătorul științific oferă studentului consultații în vederea completării și/sau modificării unor aspecte ale lucrării. - Imprimarea și copertarea a două exemplare ale tezei de licență.

- Prezentarea/depunerea, în termenul stabilit, a 2 exemplare ale tezei de master la catedra de specialitate, precum și a versiunii în format electronic a acesteia conducătorului științific pentru avizare, cu cel puțin 10 zile înainte de examenul de susținere a tezelor de licență și la catedra de profil (pentru evaluare și admitere la susținerea finală).

- Pregătirea discursului și a prezentării (power point) pentru susținerea tezei în fața Comisiei de masterat.

- Susținerea finală a tezei în fața Comisiei de masterat.

	Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Contact direct	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizational si informational	120	30	90
	2	Instructiv-metodic	120	30	90
	3	Susținerea prealabilă la conducătorul științific la teza de master	80	20	60
	4	Desfășurarea experimentului pedagogic	375	65	310
	5	Analiză cercetării	110	30	80
	6	Susținerea prealabilă în cadrul catedrei de profil	40	20	20
	7	Redactarea finală a tezei de master	55	15	40
	Total :			900	210

Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice și de seminar. Cursurile teoretice sunt organizate sub formă de prelegere

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>clasică, dezbateri. Pot fi cursuri mixte - prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice/laborator, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru activitatea preconizată, potențialul de învățare la începutul unei noi activități (susținerea tezei de licență). Se apreciază prin <i>prezentarea tezei de master (power point), după care urmează întrebările pe baza cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate pe parcursul anilor de studii, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p>2. Evaluarea finală</p> <p>Evaluarea finală a activității studentului – stagiar se efectuează de conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar și rezultatele cercetării efectuate. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării experimentului pedagogic. Nota finală a activității studentului – stagiar se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiar pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>										
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="526 1514 1354 1562">Nota finală</td> <td data-bbox="1354 1514 1505 1562">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="526 1562 1354 1598">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1354 1562 1505 1598">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="526 1598 1354 1633">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1354 1598 1505 1633">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="526 1633 1354 1669">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1354 1633 1505 1669">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="526 1669 1354 1717">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1354 1669 1505 1717">20%</td> </tr> </table>	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%
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. Bucuresti: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. 5. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa 										

- la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p.
6. Secrieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iaei, 2002.
 - Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p.
 7. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
 8. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с.
 9. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с.
 10. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
 11. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
 12. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf>
 13. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
 14. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
 15. <http://sdr.lvsva.biz/page13.html>
 16. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlva-prepodavatelej/128-cto-takoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
 17. <https://infourok.ru/ponyatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniya-1198707.html> (accesat 11.01.22)
 18. <https://studfiles.net/preview/3355746/> (accesat 11.01.22)
 19. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf> (accesat 11.01.22)
 20. <https://mydocx.ru/11-29051.html> (accesat 12.01.22)

Data completării: 01.09.2021

**Povestca Lazari
Mocrousov Elena**

Buftea Victor

**Craijdan Olga
Scorțenchi Dmitrii**

Moga Carolina

Polevaia – Secăreanu Angela

Busuioc Serghei

Postolachi Alexei

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA SPORT



DOMENIUL GENERAL DE STUDIU

100 ȘTIINȚE ALE SPORTULUI

PROGRAMUL DE MASTER

***EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING
ÎN SPORT***

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu Planul de învățământ aprobat de MECC RM
din 15.01.2019**

nr. de înregistrare JSM-01-18667



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 1

ANUL I, SEMESTRUL 1							
Programul de studii		<i>EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT</i>					
Denumirea cursului		Epistemologia în educația fizică și sport					
Titularul cursului		Budevici - Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 01 O.01	Anul	I	Semestrul	1
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	Managemntul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>În prezent mediul academic din Republica Moldova, manifestă un interes deosebit pentru domeniul filosofiei sportului. Pe de o parte, universitățile de stat și private din Republica Moldova au introdus în curriculum-ul universitar cursuri dedicate domeniului, iar pe de altă parte, publicul larg este din ce în ce mai interesat de parcurgerea unei bibliografii accesibile prin care să achiziționeze cunoștințe generale privind studiile de filosofie sportivă. Disciplina “Epistemologia în educația fizică și sport” este o parte componentă a sistemului general al științelor, făcând parte din grupul științelor filozofice.</p> <p>Cursul reprezintă o lucrare cu un pronunțat caracter științific, cu multiple și valoroase valențe didactice, care – prin conținut și formă – se adresează nu numai masteranzilor cu preocupări în epistemologie și interconexiunea ei cu sportul, dar și cercului de specialiști din domeniul respectiv, având ca menire principală asimilarea noțiunilor teoretice, de bază specifice managementului.</p>						

	<p>Curriculum-ul este fundamentat pe investigații comparative privind programele universitare în domeniul studiilor de epistemologie, resursele bibliografice (în limba română și alte limbi) din domeniul studiilor existente în bibliotecile universitare și cele publice din Republica Moldova. Totodată, curriculum-ul propus ține cont și de programele și listele bibliografice recomandate pentru cursurile universitare din domeniul studiilor de epistemologie din universități din străinătate (SUA, România, Rusia ș.a.).</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe și aptitudini specifice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dorința și responsabilitatea de dezvoltare personală în domeniile de studii pe care le urmează. • Capacitatea de comportare în calitate de cetățean activ și responsabil. • Capacitatea de gândire și analiză critică în abordarea principalelor procese, politici și inițiative manageriale. • Capacitatea de utilizare eficientă a resurselor bibliografice și de sintetizare a acestora. • Deprinderi de comunicare și de participare activă în procesul discuțiilor, dezbaterilor și analizelor desfășurate în cadrul activităților didactice. • Capacitatea de a munci în echipă și individual, în dependență de complexitatea sarcinilor care trebuie îndeplinite. • Capacitatea de a participa și de a organiza grupuri sociale și diverse acțiuni manageriale. • Capacitatea de evaluare și auto-evaluare a diverselor activităților desfășurate în cadrul activităților de curs și seminar. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Studiul disciplinei „Epistemologia în educația fizică și sport” are drept scop identificarea necesităților curriculare și bibliografice actuale prin analiza resurselor existente și elaborarea de propuneri în vederea acoperirii golurilor academice existente.</p> <p>Finalitățile acestui studiu sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea unui curriculum universitar în domeniul studiilor de epistemologie pentru nivelul universitarar ciclului II; • efectuarea recomandărilor bibliografice în domeniul studiilor de epistemologie pentru publicul larg; • recomandarea republicării unor volume sau traducerea și publicarea unor volume noi din domeniul studiilor de epistemologie la nivel european. • să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; • noțiunile de bază studiate vor constitui fundamental cu care, un probabil viitor manager, va instrumenta la începutul carierei sale; • conceptele studiate și asimilate de către aceștia vor contribui la formarea unei personalități definite a managerului, având implicații esențiale în viața unei firme sau organizații sportive; • își vor putea crea o serie de strategii de motivare cu resurse minime. • Diverse modalități de valorificare a științei manageriale prin asimilare de cunoștințe cu privire la metodologia cercetării manageriale și specificul acesteia în domeniu. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Seminar</p>	<p>Curs</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Introducere. Epistemologia ramura a metaștiinței, filozofie a cunoașterii științifice.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>11</p>
	<p>2</p>	<p>Știința Epistemologia</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>11</p>
	<p>3</p>	<p>Raporturile epistemologiei cu alte științe socio-umane.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>11</p>
	<p>4</p>	<p>Specificul demersului Epistemologic</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>11</p>
	<p>5</p>	<p>Cunoaștere –eroare-opinie valențe ale cunoașterii comune a vieții sociale</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>11</p>

	6	Legea științifică	4	2	2	11
	7	Teoria minții – punct de turnură în abordarea dezvoltării socio-cognitive	4	2	2	11
	8	Gândirea cauzală și științifică	4	2	2	11
	9	Sportul și personalitatea	4	2	2	11
	10	Stadii ale interogării cunoașterii	4	2	2	11
	Total :		40	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Strategii didactice					
	<p>Recomandăm crearea unui cadru interactiv de predare. Aceasta presupune o prelegere asistată de o prezentare tip Power-Point. Se va ține cont de interacțiunea cu audiența și se va încuraja expunerea de idei, enunțarea unor întrebări și acordarea de răspunsuri. Totodată, activitatea de curs poate cuprinde prezentarea unor reportaje, filme documentare ș.a. privind tematica studiilor de management.</p> <p>În desfășurarea cursurilor se vor utiliza atât metode de lucru în grup, cât și metode de lucru individual. Modalitatea de lucru se va stabili în dependență de complexitatea, finalitatea sarcinilor și a tematicilor abordate. Prin urmare activitatea va presupune inițial, în dependență de situații și contexte: sintetizarea materialului bibliografic recomandat, elaborarea studiilor de caz, elaborarea de portofolii și de proiecte de acțiuni sociale. Activitățile vor corespunde temelor din cadrul prelegerilor. Ulterior, se va facilita prezentarea rezultatelor în fața unei audiențe și dezbateri, comentarea și efectuarea de sugestii corespunzătoare asupra lucrărilor prezentate. La sfârșitul fiecărei activități titularul de curs va efectua o analiză și evaluare a activităților desfășurate și va enunța recomandări privind îmbunătățirea activităților ulterioare.</p> <p>Totodată, recomandăm efectuarea de simulări și lucrul analitic pe texte oficiale elaborate de instituțiile europene și comunitare legislative (recomandări, rezoluții, directive, rapoarte).</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
	Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)		Nota finală			
		Nota pentru evaluarea finală				40%
		Nota evaluarea curentă				20%
		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%
		Nota lucrul individual				20%
Referințe bibliografice	<p>1. B. Balan, Boncu, C. Cretu, C. Cucos, I. Dafinoiu, L. Iacob, C. Moise., M. Momanu, A. Neculau, T. Rudica, Psihopedagogie pentru examenele de definitivare și grade didactice, Polirom, Iași, 2005;</p> <p>2. Belous Vilalie ,Bazele performanței, ingineria performanței umane, Ed. Performantica, Iași 1995.</p>					

3. Bruner Jerome, Procesul educației intelectuale, Ed. Științifică, București 1970 (pag. 10-11,58-59 și 89)
4. Budevici-Puiu A., Ambrosi N., Epistemologia și metodologia cercetării în educația fizică. Monografie, „Valinex” SA, Chișinău, 2015, 978-9975-68-277-0. 301 p.
5. Budevici-Puiu A., Armanov S., Академические аспекты физической культуры. Materialele Conferinței Internaționale „Competitivitatea și inovarea în economia cunoașterii”: Culegere de articole selective, 25-26 sep., 2015, Chișinău: ASEM, 2015. – ISBN 978-9975-75-714-0. P. 323-325
6. Budevici-Puiu A., Budevici – Puiu L. Exigențe ale managementului calității și al evaluării performanțelor cadrelor didactice din învățământul superior de profil. "Sportul Olimpic și sportul pentru toți", congres șt. intern. (15 octombrie 2011) Chișinău: USEFS – ISBN 978-9975-4202-3-5. Vol. 2. – 2011. – 623 p. – 100 ex. – ISBN 978-9975-4202-5-9.
7. Budevici-Puiu A., Budevici-Puiu L., Rolul standardului ISO 9001:2008 și al diagramei PDCA în sistemul de management al instituției academice de profil. Revista „Știința culturii fizice” nr.1/2015.
8. Budevici-Puiu A., Volcu G., Studiu privind activitatea de cercetare științifică a viitorilor antrenori manageri. Materialele Conferinței științifice a doctoranzilor (Ediția VII-a). USEFS. 2012 16-17 noiembrie. ISBN 978-9975-4425-0-3. p. 179-183
9. Budevici-Puiu A., Volcu I. Necesitatea învățării creative în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului. Revista USEFS, Știința culturii fizice, 24/4 Chișinău: Editura USEFS, 2015, ISSN-1857-4114 p. 38-42
10. Carmen C. Psihopedagogia succesului, Ed. Polirom, Iași, 1997.
11. Constantin. P., Antrenorul, profilul, personalitatea și munca sa, Ed. Sport Turism, București 1979;
12. Epuran M. Pedagogie și psihologie - personalitatea și cunoașterea psihologică a elevilor IEFS, București 1986.
13. Epuran M. Pregătirea psihologică a sportivului Ed. UCFS. București, 1964.
14. Epuran M., Ghidul Psihologic al antrenorului Ed. IEFS, București, 1982.
15. Epuran M., Modelarea conduitei sportive Ed. Spor-Turism, București, 1990.
16. Hie Parvu, Introducere în epistemologie, Ed. Științifică și Enciclopedică. București, 1984.
17. <http://www.eva.ro/cariera/features/alternative-educationale-articol-508.html>
18. <http://www.ziarulfaclia.ro/Alternative-pedagogice-metoda-Montessori+2690>
19. Immanuel Kant, Critica rațiunii pure, Editura științifică, București, 1969, p.34.
20. J. Piaget. Biologic și cunoaștere, Ed. Dacia, Cluj.
21. Mihai N. Introducere în filosofie și metodologia științei Ed. Arc, Chișinău, 1996.
22. Paul P-Neveanu, Dicționar de psihologie, Ed. Albatros, București, 1978.
23. Psihologie școlară (A. Cosmovici, L. Iacob; Polirom, Iași, 2005);
24. R. Descartes, Discurs asupra metodei, Ed. Academiei R.S.R., București, 1975.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Management educațional					
Titularul cursului		Șavga Larisa, dr. habilitat, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 01 O.02	Anul	I	Semestrul	1
Nr.credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiul individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F-componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Unitatea de curs Management educațional este componentă a planului de învățământ pentru pregătirea specialiștilor la ciclul II master, programul <i>Educație, management și marketing în sport</i>, fiind atribuită cadrului disciplinelor fundamentale.</p> <p>Conținutul cursului este focusat pe dezvoltarea competențelor (cunoștințelor, aptitudinilor, atitudinilor) necesare viitorilor absolvenți pentru profesarea în diverse domenii aferente activității educaționale și managementului acesteia, în special în domeniul sportiv.</p> <p>Curriculumul cursului este axat pe obiective, care corelează cu obiectivele și finalitățile prevăzute în planul de învățământ.</p> <p><i>Obiectivul cursului:</i> familiarizarea studenților cu limbajul specific managementului educațional și dezvoltarea competențelor studenților de a analiza și defini schimbările ce au loc la nivelul instituțiilor educaționale; de a identifica strategii/programe/acțiuni de îmbunătățire a stării actuale a managementului unităților și activităților educaționale, a de a elabora un plan managerial în domeniu.</p> <p>Conținutul educațional al unității de curs este elaborat în conformitate cu teoriile și practicile contemporane în domeniul managementului educațional, necesitățile pieței</p>						

	<p>muncii, specificul activităților sportive și este orientat spre realizarea obiectivelor cursului și programului de studii.</p> <p>Strategiile didactice aplicate în predarea cursului se axează pe utilizarea metodelor moderne de predare-învățare-evaluare, care să dezvolte competențele profesionale ale viitorilor specialiști, în special cele manageriale în sfera educațională, de gândire creativă, responsabilitate etc.</p> <p>Studierea cursului Management educațional este prevăzută conform planului de învățământ la anul I, semestrul I de studii, în număr total de 150 ore, echivalent cu 5 credite de studii.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să promoveze și să implementeze politici educaționale fundamentate pe legislația specifică în domeniu; ✓ să identifice, să analizeze și să rezolve probleme specifice managementului educațional; ✓ să promoveze un management educațional fundamentat pe metodele și tehnicile cercetării pedagogice, pe teoriile și conceptele moderne de management; ✓ să aplice strategii necesare optimizării și modernizării procesului de învățământ prin promovarea metodelor și tehnicilor moderne de instruire, a metodelor manageriale performante; ✓ să promoveze managementul participativ, managementul muncii în echipă în instituțiile educaționale; să utilizeze metode eficiente de organizare a acestei activități și de motivare a personalului; ✓ să utilizeze instrumente eficiente de comunicare și de relaționare profesională; ✓ să cunoască și să respecte codului deontologic al profesiei didactice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să aplice principiile, normele și valorile eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; ✓ să interacționeze și să comunice cu mediul social și cu mediul pedagogic; ✓ să identifice și să întreprindă acțiuni de eficientizare a activităților prestate în acord cu provocările mediului în continuă schimbare; ✓ să identifice rolurile și responsabilitățile într-o echipă plurispecializată și să aplice tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei; ✓ să-și asume responsabilitatea pentru managementul activităților didactice și/sau a instituțiilor educaționale și pentru îmbunătățirea performanței strategice a grupurilor profesionale, autocontrolul și analiza reflexivă a propriei activități.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definierea corectă a obiectului de studiu al managementului educațional și perceperea legăturilor cu celelalte discipline. • Cunoașterea legislației în domeniul educațional, cunoașterea, interpretarea și aprecierea politicilor educaționale ale statului. • Cunoașterea fundamentelor teoretice ale managementului educațional. • Operarea cu conceptele fundamentale specifice funcțiilor managementului, în context educațional. • Cunoașterea configurației și a rolului subsistemelor componente ale sistemului de management al instituției educaționale/sportive. • Însușirea conceptelor de organizare structurală și procesuală a instituției educaționale/sportive. • Cunoașterea și interpretarea componentelor strategiei manageriale în domeniul educațional • Identificarea caracteristicilor specifice managementului activităților educaționale și sportive. • Furnizarea unei baze de cunoștințe privind utilizarea eficientă a resurselor materiale, umane, financiare și informaționale în domeniul educațional.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- Înțelegerea importanței managementului pentru asigurarea eficienței și performanței activității educaționale.
- Înțelegerea contextului social, economic, cultural și politic al învățământului și al funcționării și dezvoltării acestuia.
- Înțelegerea fenomenelor, provocărilor cu care se confruntă domeniul educațional, în special cel al educației sportive.
- Acceptarea, producerea și valorificarea inovațiilor/schimbărilor în sistemul de învățământ.
- Înțelegerea contextelor manageriale, argumentarea și implementarea celor mai eficiente-strategii manageriale în domeniul educațional (nivel managerial, tipuri de activități etc.).
- Capacitatea de exercitare cu eficacitate și eficiență a funcțiilor manageriale în cadrul instituției educaționale/sportive.
- Abilitatea de proiectare a unei structuri organizatorice în cadrul instituției educaționale/sportive.
- Evaluarea performanțelor la nivel organizațional (instituție educațională/sportivă) și fundamentarea deciziilor de optimizare/eficientizare instituțională și procesuală.
- Aplicarea instrumentarului managerial adecvat pentru prevenirea apariției unor eventuale probleme în cadrul instituției educaționale/organizației sportive, inclusiv cele vizând relațiile dintre subdiviziuni sau interpersonale.
- Capacitatea de a fundamenta decizii pe baza informațiilor din mediul intern și extern al organizației; conceperea și raționalizarea unui sistem decizional al instituției educaționale/organizației sportive.
- Capacitatea de a aplica metodele și tehnicile generale și specifice activității de management al activității educaționale.
- Evaluarea calității activității educaționale la nivel organizațional și implementarea sistemelor de asigurare/management al calității.

La nivel de integrare:

- Acceptarea și promovarea valorilor naționale, europene și general umane.
- Valorificarea competențelor specifice, asociate statutului de manager: proiectarea, dezvoltarea, organizarea, implementarea și evaluarea activităților în domeniul managementului instituțiilor/activităților educaționale.
- Promovarea unui management participativ, democratic, inovativ.
- Cultivarea unor atitudini constructive în contexte organizaționale variate.
- Promovarea unui sistem coerent de valori – responsabilitate, implicare, moralitate.
- Respectarea normelor de deontologie ale profesiei de manager, cadru didactic.
- Cooperarea și soluționarea constructivă a conflictelor interpersonale și instituționale, a situațiilor problemă în domeniul educațional.
- Proiectarea și realizarea formării profesionale continue în contextul educației pe tot parcursul vieții.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Fundamentele teoretice ale managementului educațional	16	2	2	12
	2	Organizația educațională/sportivă și caracteristica mediul său de activitate	18	2	2	14
	3	Managerii: categorii, aptitudini și cariera managerială	14	2	2	10
	4	Funcțiile managementului și particularitățile realizării acestora în domeniul activităților educaționale	36	4	6	26
	5.	Procesul decizional - parte integrantă a procesului managerial al instituției	22	2	2	18

	educaționale/sportive				
6	Metode, tehnici și sisteme de management aplicabile în domeniul educațional	18	4	2	12
7	Stilul de conducere și etica profesională în activitatea educațională	14	2	2	10
8	Comunicarea, conflictul și stresul în activitatea educațională	12	2	2	8
Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Metode de predare – învățare: <i>prelegere interactivă, dezbatere frontală, problematizare, discuții și explicații, dezbatere cu oponent imaginar, conversație euristică, investigații independente studii de caz, rezolvarea unor spețe, prezentarea referatelor.</i></p> <p>Mijloacele didactice – note de curs ale titularului, platforma Moodle, prezentări multimedia, tehnică de calcul, proiector, materiale/documente ale instituțiilor educaționale/sportive.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se realizează prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i> cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a cunoaște dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, în baza tematicii stabilite, cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă, de bilanț, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în%)	Nota finală	100%			
	Nota la evaluarea finală	40%			
	Nota la evaluarea curentă	20%			
	Nota de la activitățile la prelegeri și seminare	20%			
	Nota acordată lucrului individual	20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Burduș E. <i>Tratat de management</i>. Ediția a III-a: - București: Editura: Pro Universitaria. 2017. Burduș, E. <i>Management – studii de caz exerciții, probleme, teste, grile de evaluare</i>. București, Ed. Economică, 2005. Bush, T. <i>Leadership și management educațional. Teorii și practici actuale</i>. Iași: Editura Polirom, 2015. Catalano, H. <i>Procesul de învățământ: direcții epistemice, pragmatice și experiențiale</i>. București: Editura Didactică și Pedagogică, 2018. Ciungu P. <i>Armonizarea învățământului românesc cu cel european - puncte de vedere</i>. Petroșani: Universitas, 2005. <i>Codul Educației al Republicii Moldova</i>, Nr. 152 din 17.07.2014. Monitorul Oficial, 2014, nr. 319-324. Copilu, D. <i>Management Educațional</i>. București-Chișinău: Universitatea Ecologica-ISE, 2003. 				

8. Iancu, E.S. 2014. *Managementul educațional în contextul dinamicii schimbărilor mileniului III. Suport de curs.* Disponibil: <http://documents.tips/documents/document-1-management-educational.html#2>
9. Iosifescu, Ș. *Managementul educațional pentru instituțiile de învățământ.* București: Tipogrup Press, 2001.
10. Istocescu, A. *Managementul organizației – o altfel de interpretare. Studii de caz.* București: Ed. ASE, 2005 .
11. *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare: Materialele Conferinței științifico-practice internaționale, Ed. 1-a, 27 aprilie 2017.* Bălți: S. n., 2017 (Tipografia din Bălți).
12. Ministerul Educației și Cercetării. *Acte legislative și normative.* <https://mecc.gov.md/ro/content/sistem-educational/acte-legislative-si-normative>
13. Nicolescu, O. (coord.). *Sisteme, metode și tehnici manageriale ale organizației.* București: Editura Economică, 2000.
14. Nicolescu, O. (coord.gen.). *Dicționar de management.* București: Editura Pro-universitaria, 2011.
15. Nicolescu, O., Verboncu, I. *Fundamentele managementului organizației.* București: Editura Tribuna Economică, 2015.
16. Nicolescu, O., Verboncu, I. *Metodologii manageriale.* București: Editura Tribuna Economică, 2002.
17. Olsen, J., Nielsen, T. *Metode și strategii pentru managementul clasei.* Didactica Publishing House, 2009.
18. Popescu D., Criveanu I., Criveanu M.-M. *Management: București: Editura: Universitaria. 2018.*
19. Stolovitch, H.D., Keeps, E.J. *Formarea prin transformare. Dincolo de prelegeri.* București: Editura Trei, 2017.
20. Tolic Niculescu Daniela, *Strategic Management Approaches of the Intellectual Capital and Performance in the Modern Organization.* București: Editura Pro Universitaria, 2021
21. Verboncu I., *Cum conducem?: între amatorism și profesionalism.* București: Editura Universitară, 2018.
22. Verboncu, I. *Fundamentele managementului organizației, suport de curs.* București: Ed.ASE, 2017.
23. Zorlențan, T., Burduș, E., Căprărescu, G. *Management organizațional.* București: Editura Economică, 1998 .
24. Ciungu P. *Armonizarea învățământului românesc cu cel european - puncte de vedere.* Petroșani: Universitas, 2005.

Data completării: 01.09.2021

Șavga Larisa



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Istoria managementului sportiv în Moldova					
Titularul cursului		Budevici Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 01 O.03	Anul	I	Semestrul	1
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	Managemntul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Procesul de genază și dezvoltare al ființei umane se supune unor legități complexe care, pe măsură ce se doresc precizate, apar și mai bulversante. Privit sub un anumit aspect, procesul de formare al individului este o continuă delimitare și conturare a sa în raport cu mediul în care trăiește. A reuși să fi <i>tu însuși</i>, chiar dacă pare un deziderat, înseamnă a reuși să te construiești cu ajutorul elementele care ți se oferă în contextul social și cultural în care exiști. Acest proces de (auto) construcție, care nu are decât aparente momente finale, înseamnă în primul rând <i>comunicare, interacțiune și schimb de informație</i>. Elementele prin care am schițat parcursul de viață al fiecăruia dintre noi alcătuiesc, fără modificări esențiale, o definiție a procesului negocierii.</p> <p>Astfel disciplina “ Istoria managementului sportiv “ este parte componentă a programului de formare a specialiștilor în domeniul Managementului Culturii Fizice și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților, precum și anumite competențe de cunoaștere, aplicare și integrare. Astfel, curriculum-ul universitar la disciplina dată vizează cu prioritate valorizarea competențelor (transversale și profesionale) care se</p>						

	<p>adreasează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. De asemenea în acest instrument metodic sunt enunțate conținuturi prin care se urmărește realizarea obiectivelor proiectate.</p> <p>Cursul universitar la „Istoria managementului sportiv” are ca scop lărgirea orizontului de specializare a viitorilor manageri în domeniul educației fizice și sportului pentru o bună integrare a acestora în sistemul managerial sportiv. Conținutul disciplinei de față este structurat astfel încât studentul să parcurgă o cale logică de dezvoltare a abilităților necesare procesului de negociere, precum și obținerea deprinderilor aplicative utile în practicarea profesiei de manager prin prisma legislației în vigoare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere și înțelegere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu ale disciplinei; - să definească conceptele de bază privind activitatea de evoluție; - să cunoască etapele procesului de apariție și dezvoltare; - să cunoască principalele elemente ale unei lucrări evolutive; - să definească criteriile de evaluare a succesului privind istoria MS; <p><i>La nivel de aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să discearnă istoria MS de celelalte tipuri de rezolvare a problemelor; - să descrie avantajele cooperării în raport cu abordarea competitivă; - să facă distincția între negocierea distributivă și cea integrativă; - să determine principiile de lucru ale echipei manageriale; - să stabilească trăsăturile de personalitate ale managerului, necesare realizării cu succes a activității profesate; - să argumenteze utilizarea strategiei ca și mod de gândire în evoluție; - să analizeze tipurile temperamentale ale managerilor adecvate pentru un management de succes; - să explice interdependența părților implicate în procesul evaluativ; - să determine specificul evoluției ca formă de interacțiune umană. <p><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să descrie evoluția de succes ca rezolvări creative de probleme în cooperare; - să identifice posibilele erori ce pot apărea în identificarea potențialului integrativ; - să analizeze locul cunoștințelor fundamentale în cadrul activităților manageriale practice; - să aplice tehnicile istoriografice în funcție de situația expusă în studiile de caz; - să delimiteze tipurile de contract ce pot fi utilizate în activitatea sportivă; - să schițeze algoritmul unei evoluții de parteneriat în sponsorizarea sportivă; - să analizeze tendințele de dezvoltare ale procesului managerial și să propună inițiative de optimizare a raporturilor manageriale; - să exprime propriul punct de vedere privind evoluția unui eveniment sportiv
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Studentul va fi competent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să explice esența noțiunii de IMS; - să definească obiectul de studiu al IMS; - să analizeze interacțiunea componentelor definiției ale IMS; - să reflecte funcțiile științei economice în perioada modernă; - să argumenteze criteriile de selecție a echipei manageriale; - să delimiteze domeniile ce necesită să fie acoperite la selectarea echipei; - să analizeze noțiunea de „lider ideal,, al echipei manageriale; - să relateze necesitatea fenomenului susținerii echipei. - să denumească etapele de realizare a procesului managerial; - să identifice tipurile de putere la care se pot apela în cadrul managerial; - să întocmească actele necesare desfășurării cu succes a unei competiții sportive; - să estimeze impactul mesajului managerial; - să relateze regulile de bază în desfășurarea managementului; - să evalueze eficiența managerial în funcție de criteriile corespunzătoare ; - să analizeze comparativ tehnicile manageriale de conducere și dirijare;

- să aplice tehnicile manageriale în funcție de situațiile expuse în studiile de caz.						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Prelegeri	Seminar	LI
	1	Formarea și starea actuală a sistemului de pregătire a managerilor sportivi din Republica Moldova	4	2	2	11
	2	Etapele dezvoltării managementului sportiv ca știință aplicată în domeniu	4	2	2	11
	3	Evoluția managementului sportiv în Republica Moldova	8	4	4	22
	4	Pregătirea cadrelor în domeniul managementului sportiv	8	4	4	22
	5	Profesia de manager sportiv.Tendințe de dezvoltare a managementului sportiv	8	4	4	22
	6	Managementul Sportiv în Europa	4	2	2	11
	7	Știința managementului culturii fizice în Republica Moldova	4	2	2	11
Total :			40	20	20	110
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire, la disciplina „Istoria managementului sportiv” se utilizează următoarele forme de organizare a activităților didactice:cursul universitar, seminarul universitar, cu centrarea pe student. În cadrul procesului de predare-evaluare se utilizează preponderent metodele interactive: problematizarea, învățarea prin rezolvarea de probleme, studiu de caz, metoda expertului, metode de tip euristic prin care studentul este stimulat să găsească soluții prin rezultatul propriei activități de învățare dar și metode tradiționale ca expunerea, descrierea, explicarea fenomenelor și proceselor negocierii, dialogul, comparația, etc. Scopul utilizării acestor metode este declanșarea activității independente a studentului și stimularea procesului de inițiere a unor cercetări ale problemelor manageriale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierile se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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. Armstrong M. – Managementul resurselor umane. Manual de practică, Ed. CODECS, ed. a 8-a, 2003.					

2. Apostu A. Îmbunătățirea managementului competiției sportive. Rezumat al tezei de doctor, Cluj napoca, 2010. P 4-6.
3. Ausubel D., Robinson, F. Învățarea în școală. București: Editura Didactică și Pedagogică.1981.
4. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul profesionistului Timișoara : Brumar, 2008.
5. Bădescu Adriana, Tăucean Ilie – Bazele managementului & marketingului (curs și aplicații), Ed. Eurobit, Timișoara, 2001.
6. Bohumil S., Patriksson G. Importanța sportului în societate. Raport privind activitatea Consiliului Europei în sport, 1996.
7. Bontaș, Ioan, Pedagogie, Editura ALL, București; 1996.
8. Budevici A. „Manolachi Veaceslav.,Istoria managementului sportiv în Republica Moldova. –Chișinău, 2021.
9. Budevici A. Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice. – Chișinău, 1993. – P. 125-127.
10. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016.
11. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012
12. Budevici A. Management în educație fizică și sport. – Iași, 2000.
13. Burciu A. – *MBO & Cichul afacerilor*, Ed. Economică, București, 1999
14. Certo, Samuel C. - *Managementul modern*, Editura Teora, București, 2002, pag. 22.
15. Cetină I., Marketingul competitiv în sectorul serviciilor, Ed. Teora, București, 2001
16. Crișan Al, Contextul actual al elaborării Curriculum-ului național, 2000.
17. Cors R. What is Learning Organization? Reflections on the Literature and Practitioner Perspectives, 2003.
18. Cordoș R. C. Bacali, L. și alții. Antreprenoriat, Ed. Todesco, Cluj-Napoca, 2008, P 90.
19. Cimpean E.A. Managementul firmei si dezvoltarea resurselor umane in organizatii, Cluj-Napoca: Editura Risoprint , 2005.
20. Coubertin, P., . Texte alese. Vol., Olimpism, 1935.
21. Cornescu Viorel, Mihailescu Ion, Stanciu Sica – Management. Baze generale – Ed. Actimi, Bucuresti, 1998
22. *Daft R. L.Management., Thompson Education, 2012*
23. Drucker P. Innovation and Entrepreneurship. Harper&Row, New York, 1985.
24. Dumitrescu A. Rezumat al tezei de doctor „Sportul de masă mijloc de socializare a studenților”, Cluj Napoca, 2010.
25. Fircă J., Fircă M.N. Legitimitatea și legalitatea structurilor internaționale ale sportului. Analele Universității “Constantin Brâncuși” din Târgu Jiu, Seria Științe juridice, Nr. 1/2008
26. Follet M. P. Dynamic administration: The collected papers of Mary Parker Follett (1942)
27. Fayol H. Administration industrielle et generale. Dunod, Paris, 1966.
28. Gavrea C. Rolul diagnosticului organizațional în îmbunătățirea performanțelor firmei. Rezumatul tezei de doctorat, 2010.
29. Gîda, T., Gîda, D.,M., Mihailescu, L.,Folea, E., ISBN 973-8280-62-1 edit Pământul, Pitești.
30. Gerbier J. , *Organisation-Gestion*, Paris, Dunod, 1965, p. 7.
31. Hossenfelder Cf. S., *On the problem of measuring happiness* (Cu privire la evaluarea fericirii, 2011.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale (E-learning) în activități sportive					
Titularul cursului		Timuș Maria, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 01 O.04	Anul	I	Semestrul	1
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale (E-learning) în activități sportive” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul sportului.2. Elaborarea și prelucrarea documentelor specifice domeniului de activitate în format digital.3. Aplicarea tehnologiilor informaționale în domeniul sportului în cadrul activităților practice și implementarea lor cu succes.4. Elaborarea rapoartelor de activitate în format digital privind realizarea obiectivelor înaintate pentru implementarea tehnologiilor informaționale. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare/practicare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru</p>						

	<p>și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a tehnologiilor informaționale la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea aspectelor de implementare a tehnologiilor informaționale în activitatea practică; • Analiza digitală a activității personale prin intermediul aplicării diferitor instrumente informaționale digitale; • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerințele de pe piața muncii și competențele profesionale privind posedarea diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale; • Asigurarea unui arsenal de cunoștințe calitativ pentru activitățile cu caracter sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice diferitor programe aplicative utilizate în activitățile sportive; • Dirijarea și practicarea eficientă a tehnologiilor informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul evidențierii posedării diferitor complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale (E-learning) în activitățile sportive” (complexe de antrenament, fenomene sportive, e-learning etc.); ➤ să definească noțiunea de învățare la distanță; ➤ să cunoască sistemul de comunicare; ➤ să identifice specificul de lucru al bibliotecilor virtuale; ➤ să cunoască care este ciclul de lucru al tehnologiilor streaming; ➤ să cunoască avantajele și dezavantajele e-learning; ➤ să cunoască aspecte ale implementării campusului virtual. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să implementeze o diversitate de instrumente ale tehnologiilor informaționale în activitatea sa; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra evoluției învățământului la distanță; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele mereu în dezvoltare ale tehnologiilor informaționale moderne; ➤ să cunoască care sunt tehnologiile informaționale și de comunicare în organizarea procesului de studii; ➤ să poată găsi legăturile dintre sistemele de instruire multifuncționale multimedia; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Laborat.	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Etapele de dezvoltare a tehnologiilor informaționale	7	2	-	5
	2	Evoluția învățământului la distanță	7	2	-	5
	3	Instrumentele de bază ale învățământului la distanță	7	-	2	5
	4	Versiunile de e-learning	7	-	2	5
	5	Avantajele și dezavantajele e-learning	7	2	-	5
	6	Nivelul de implementare a campusului virtual	7	2	-	5
	7	Accesarea și administrarea platformei. Profilul user-ului, datele personale.	7	-	2	5
	8	Participanții procesului de e-learning. Caracteristicile tutoriatului.	7	2	-	5
	9	Tipuri de conferințe. Tehnologiile multimedia.	12	2	-	10
	10	Tehnologiile streaming.	7	2	-	5
	11	Bibliotecile virtuale	12	-	2	10
	12	Sistemul de comunicare. Tipurile de forumuri.	7	-	2	5
	13	Jocuri educaționale. Experimentele virtuale.	7	-	2	5
	14	Opțiunile PDF, transformarea informației.	7	-	2	5
	15	Programa Adobe Reader.	7	-	2	5
	16	Tehnologii informaționale moderne în educație fizică și sport	7	-	2	5
	17	Programe aplicative în activități sportive	7	-	2	5
	18	Tehnologii informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv	7	2	-	5
	19	Complexele de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale	7	2	-	5
	20	Tehnologii informaționale moderne privind cercetarea științifică a fenomenelor sportive	7	2	-	5
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 în cadrul organizațiilor, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov. 2008. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. <i>Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică</i>. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătărâm, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, <i>Tehnologia informației și a comunicațiilor</i>, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, <i>ECDL Start modulele obligatorii</i>, Editura Andreco Educațional Grup, București, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-ccetare. 7. Lenuța Ursachi. Surse de informare utilizate în activitatea de cercetare. Disponibil online la 8. Watson, M. (ed.), Porumbeanu, L (trad.) (2004) <i>Managementul informației și al bibliotecilor în mileniul III</i>, București, Editura A.B.I.R. 9. Белл Д., Грядущее постиндустриальное общество. Опыт соц. Прогнозирования. М., 2004. 10. Иконников В. Ф. Информационные технологии в индустрии туризма: учеб.-метод. пособие / В. Ф. Иконников, М. Н. Садовская. - Минск: РИПО, 2014. - 78 с. 11. Сосновский, О.А. Информационные технологии в туризме: учеб. практ. пособие / О.А. Сосновский, А.А. Федорович. – Минск: БГЭУ, 2008. – 95 с. <p>Шлыкова О.В. Феномен мультимедиа. Технология эпохи электронной культуры. Московский государственный университет культуры и искусства. – М., 2003. 267 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Marketing sportiv					
Titularul cursului		Budevici – Puiu Anatol, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 O.05	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Competitivitatea organizațiilor contemporane, indiferent de natura și mărimea lor, își are sorginea în calitatea strategiilor pe care le adoptă și le aplică. Condiționarea decisivă a performanțelor, organizațiilor de conținutul strategiilor, devenită, în ultimele decenii, evidentă pentru totalitatea agenților economici și managerilor din țările dezvoltate, explică avalanșa de cercetări, studii, cursuri și consultanțe, având drept obiect strategiile. Amploarea necesității și implicațiilor strategiei asupra funcționalității și rezultatelor organizațiilor, conștientizată de manageri, întreprinzători, specialiști - la nivel de firmă - politicieni, economiști, administratori și juriști - la nivel de țară - se reflectă, uneori, în supralicitarea termenilor de strategie și strategic. O expresie a acestei tendințe o constituie, relativ, frecvențele referiri la management strategic, alianță strategică, control strategic, organizare strategică, coordonare strategică etc, care au proliferat mai ales în ultimul deceniu.</p> <p>Trecând peste aceste aspecte, este de reținut impunerea strategiei ca o componentă esențială a managementului atât în planul teoriei cât și al practicii.</p> <p>Situarea sa în prim planul managementului contemporan din țările dezvoltate este valabilă pentru toate tipurile de organizații macro, mezo și microeconomice. Firește, cel mai frecvent regăsim strategia la nivelul firmei, componenta economică de bază a</p>						

	<p>economiei. Aceasta nu înseamnă că este mai puțin importantă la nivel de economie națională. Păreră noastră este că, o activitate economică performantă, într-un anumit spațiu național, nu poate fi realizată dacă nu se dispune de o strategie națională coerentă, focalizată pe obiective competitive, riguros definite și fundamentate sub aspectul vectorilor de creștere economică, al resurselor și ai sincronizărilor temporale, care să asigure un context național, favorizant elaborării și implementării de strategii competitive de către cea mai mare parte a firmelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a utiliza vocabularul științific specific domeniului. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a lucra în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a aborda aspectele strategiilor manageriale în organizațiile sportive. ➤ Abilitatea de a se integra în activități de elaborare a strategiilor prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte manageriale. ➤ capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p style="text-align: center;">Competențe specifice</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Deprinderi de documentare și elaborare a unui plan strategic privind promovarea organizației sportive. ➤ Capacități de proiectare a unei strategii de dezvoltare a organizației sportive. ➤ Abilități de cunoaștere a strategiilor eficiente de folosire la maxim a resurselor existente pentru realizarea unei activități de elaborare a strategiei; ➤ Capacitatea de identificare a factorilor ce influențează procesul de implementare a strategiilor manageriale. ➤ Cunoașterea metodelor de lucru în procesul de fundamentare, elaborare și implementare a strategiilor manageriale. ➤ Abilități de inițiere a strategiilor de promovare a sportului ca produs orientat spre consumator. ➤ capacitatea de a evalua și a-ți asuma riscuri în diverse situații.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată defini principalele trăsături ale strategiei; ✓ să cunoască evoluția conceptului de strategie; ✓ să cunoască elementele componente ale strategiei și să le definească pe fiecare în parte; ✓ să cunoască factorii organizaționali definitori ai situației organizației sportive; ✓ să cunoască stadiile dezvoltării managementului strategic. ✓ să cunoască principalele elemente de conținut ale etapei de fundamentare a strategiei firmei; ✓ să cunoască definiția alianțelor strategice și politicilor organizaționale; ✓ să cunoască și să poată aplica în practică modalitățile de elaborare a strategiei organizaționale; ✓ să cunoască conținutul planului strategic al firmei; ✓ să cunoască strategiile specifice activității internaționale ale firmei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să compare toate definițiile date strategiei și să o selecteze pe cea mai adecvată. ✓ să determine obiectul, obiectivele, și scopurile strategiilor manageriale; ✓ să determine locul strategiilor manageriale în sistemul științelor; ✓ să cunoască tipurile de strategii în domeniul culturii fizice; ✓ să delimiteze strategiile ce vizează obținerea unei poziții competitive durabile; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată formula misiunea și obiectivele fundamentale ale unei organizații. ✓ să poată formula o definiție a managementului strategic; ✓ să poată efectua o analiză inițială a unității sportive;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată efectua o delimitare clară a strategiei de managementul strategic, alianțele strategice, politicile de firmă. ✓ să fie capabil să elaboreze planul strategic al unei firme; ✓ să cunoască fazele implementării strategiei; ✓ să fie capabil de a efectua o analiză a avantajelor competitive ale organizației. ✓ să elaboreze strategii manageriale în sport; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de strategie. Abordările strategiei.	22	2	4	16
	2	Caracteristicile, elementele și tipologia strategiilor manageriale.	20	2	2	16
	3	Managementul strategic și stadiile de dezvoltare ale acestuia.	14	2	2	10
	4	Delimitarea managementului strategic de strategie, alianțele strategice și politicile organizaționale.	24	2	4	18
	5	Procesul de elaborare, fundamentare și implementare a strategiei la nivelul organizațiilor sportive.	18	4	4	10
	6	Direcții strategice ale dezvoltării culturii fizice și sportului în Republica Moldova.	26	4	2	20
	7	Strategii în domeniul culturii fizice.	26	4	2	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</i></p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind</p>					

	de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practic și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.	
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	<p>1. Liliana Budevici-Puiu <i>Management și legislație în educația fizică și sport</i>. Vol.I și II, Iași, TEHNOPRES, 2006.</p> <p>2. Alois Gherguț <i>Management general și strategic în educație (ghid practic)</i>, Iași, POLIROM, 2007.</p> <p>3. Ioan Ursachi <i>Management (ediția a III-a revăzută și adăugită)</i>, București, Editura ASE, 2007.</p> <p>4. Septimiu Florian Todea <i>Managementul educației fizice și sportului</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2003.</p> <p>5. Tipa Lazăr, Budevici Anatolie, Manolachi Veaceslav <i>Strategii și Management strategic în organizațiile sportive și antrenament (îndrumar metodico-didactic)</i>, Chișinău, Valinex, 2007.</p> <p>6. <i>Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)</i> / Univ. de Educație Fizică și Sport din Moldova; coord.: Manolachi Veaceslav – Ch.: Editura USEFS (Tipografia „Valinex” SRL), 2012.</p> <p>7. Ion Petrescu <i>Management (ediția a II-a revăzută și adăugită)</i>, Editura TIPOCART BRAȘOVIA, 1993</p> <p>8. Nicolescu O., Verboncu I. <i>Management</i>. București, 1999;</p> <p>9. Ciobanu I. <i>Management strategic</i>. Iași, 1998;</p> <p>10. Volcu Gh., Volcu I. <i>Rolul creativității în elaborarea strategiilor organizațiilor sportive</i>. Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice” Nr.11/3 Chișinău: Editura USEFS, 2012.</p> <p>11. Кушнерёв А. Г. <i>Основы стратегического управления и бизнес-планирования в сфере физической культуры и спорта: (Учебник)</i> / А.Г. Кушнерёв; Гос. Ун-т физического воспитания и спорта Республики Молдова. – Кишинёв: Б. и., 2015 (Трогр. «Примех-Сом»). – 143 р.</p> <p>12. Гертман М. <i>Стратегический менеджмент</i>: Пер. с франц. /Под ред. Д. О. Ямпольской. – СПб.: Нева, 2003.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatolie



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Comunicare managerială în sport					
Titularul cursului		Frunză-Danail Gabriela, dr. în filologie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 01 0.06	Anul	I	Semestrul	1
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Comunicarea managerială în sport</i>” are un context interdisciplinar și este destinată spre studiu masteranzilor USEFS, specialitatea Educație, Management și Marketing în sport, Facultatea de Sport, anul I.</p> <p>În context conceptual, programa cursului „<i>Comunicarea managerială în sport</i>” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesional-manageriale, socio-culturale și comunicative în calitate de manager, profesor de educație fizică, antrenor de sport, care vor asigura capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">- cunoașterea bazei teoretico-metodologice a formării socio-profesionale a managerului și influențele educaționale asupra acestuia prin activitățile de comunicare;- cunoașterea formelor și genurilor de comunicare privind determinarea						

	<p>activităților comunicative a managerului;</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu; - cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 1, 150 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor comunicării eficiente în procesul pregătirii personalității managerului sportiv; • Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de dezvoltare și formare pentru realizarea activităților profesionale comunicative manageriale; • Determinarea modurilor de implicare a evaluării psihosociopedagogice în activitatea de formare a personalității managerului și a valențelor formative, de evaluare și a modelelor eficiente; • Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea tehnologiilor specifice profesiografice în procesul pregătirii managerului pentru comunicarea managerială în activitățile sportive; • Cunoașterea tehnologiilor de diagnosticare și de apreciere a proceselor formative în cadrul activităților educaționale orientate spre formarea competențelor comunicative profesionale și manageriale a personalității specialistului de educație fizică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Comunicare managerială în sport” (forme, tehnici, strategii de comunicare, bariere în comunicare, gestionarea conflictelor etc.); ➤ să definească noțiunea de comunicare managerială; ➤ să cunoască strategiile de eficientizare a comunicării manageriale; ➤ să identifice barierele de comunicare din organizație; ➤ să cunoască tehnici de aplanare a conflictelor; ➤ să cunoască particularitățile comunicării manageriale; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine tehnicile de comunicare managerială eficientă; ➤ să rezolve sarcinile practice care la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează comunicarea managerială în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de comunicare eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice 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	Curs	Seminar	LI
	1	<i>Comunicarea managerială: caracteristici, necesitate, rol, funcții ale comunicării manageriale</i>	14	2	2	10
	2	<i>Formele comunicării manageriale (interpersonală, organizațională, internă, externă etc). Comunicarea șef-subaltern</i>	14	2	2	10
	3	<i>Comunicare și motivare în organizația sportivă</i>	16	2	2	12
	4	<i>Eficientizarea comunicării în activitățile sportive. Tehnici de comunicare</i>	18	2	2	14
	5	<i>Negocierea: principii, tipuri de negociere, fundamente, tactici, tehnici și trucuri</i>	16	2	2	12
	6	<i>Comunicarea organizațională: concept, tipuri. Grupul de muncă: caracteristici, tipuri. Corelația: stil de comunicare - stil managerial; stil de conducere – stil de comunicare.</i>	20	3	3	14
	7	<i>Managementul ședinței: rol, tipuri, etape</i>	20	3	3	14
	8	<i>Comunicarea didactică și relaționarea la lecția de educație fizică și antrenament</i>	16	2	2	12
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>					

	<p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Candea R. Comunicarea managerială. București: Expert, 1996. 2. Carp I., Budevici A. Comunicarea managerială. Chișinău: Valinex, 2008. 3. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili. București: Curtea Veche, 2007. 4. Cornelius H. Știința rezolvării conflictelor. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1996. 5. Dinu M. Comunicarea. București: Ed. Științifică, 1997. 6. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică. Note de curs. Chișinău, 2018. 7. Floyer A., Andrew. Abilități și aptitudini perfecte de comunicare. București: Ed. Național, 1998. 8. King L. Secretele comunicării. București: Amaltea, 1997. 9. Lassus R. Programarea neurolingvistică și arta comunicării. București: Teora, 2004. 10. Pâinișoară I. Comunicarea eficientă. Iași: Polirom, 2006. 11. Pease A. Limbajul trupului. București: Polimark, 1993. 12. Pease A. Limbajul vorbirii. București: Polimark, 1995. 13. Pease A., Pease B. Abilități de comunicare. București: Curtea Veche, 2007. 14. Popescu D. Arta de a comunica. București: Ed. Economică, 1999. 15. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 1, Iași: Polirom, 2004. 16. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 2, Iași: Polirom, 2005. 17. Prutianu Ș. Comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 1998. 18. Prutianu Ș. Manual de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2000. 19. Prutianu Ș. Tratat de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2008. 20. Rosemberg M. Comunicarea nonviolentă – un limbaj al vieții. București: Ed. Elena Francisc Publishing, 2005. 21. Stanton N. Comunicarea. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1997. 22. Șoitu L. Comunicare și acțiune. Iași: Institutul European, 1997. 23. Șoitu L. Pedagogia comunicării. București: Ed. Didactică și pedagogică, 1997. 24. Timuș M. Comunicarea profesională a specialistului de educație fizică și sport. Note de curs. Chișinău, 2013. 25. Tran V. Tehnici de comunicare. București: Ed. Print, 1999. 	

Data completării: 01.09.2021

Frunză – Danail Gabriela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I, SEMESTRUL 2							
Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Metodologia cercetării în sport					
Titularul cursului		Volcu Gheorghe, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	F 02 O.07	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodologia cercetării în sport” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor la programul de master: Educație, management și marketing în sport, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Metodologia cercetării în sport” vizează cu prioritate valorizarea competențelor de cercetare, care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare Educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată de tendințele de modernizare a învățământului superior din Republica Moldova, conform Codului Educației și altor acte normative.</p> <p>Pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională</p>						

	<p>optimă, cât și pe instruirea diferențiată a masteranzilor, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, să se asigure dobândirea de către masteranzi a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p> <p>Conform planului de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniu.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a lucra individual și în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. • Abilitatea de a se implica în activități de cercetare prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. • Abilitatea de a comunica constructiv în mediul științific și academic. • Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte științifice. • Abilitatea de a utiliza vocabularul științific specific activităților de cercetare managerială. • Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a științei educației fizice și sportului la etapa actuală în Republica Moldova; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice activităților de cercetare în vederea soluționării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii sportului; • Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unor atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic, pentru valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în situații specifice, cu respectarea principiilor și a normelor de etică profesională; • Dirijarea eficientă și eficace a activităților de cercetare în cadrul organizațiilor sportive; • Capacitatea de a identifica oportunitățile de formare continuă și valorificare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Metodologia cercetării în sport” (cercetare, management, metodologie, sport, știința, experiment pedagogic, manageri, etc.); ➤ să definească noțiunea de cercetare managerială; ➤ să cunoască strategii de organizare și dirijare a activităților de cercetare științifică; ➤ să identifice specificul activității de cercetare managerială în educație fizică și sport; ➤ să cunoască teoria managerială; ➤ să cunoască normele de etică și deontologice în activitățile de cercetare științifică; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în sfera cercetărilor științifice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să identifice direcțiile principale de cercetare în domeniul culturii fizice și sportului în Republica Moldova; ➤ să identifice motivele care îl determină pe un manager să inițieze activități de cercetare științifică în cadrul organizației sportive; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine care sunt factorii ce influențează cercetarea științifică în domeniul educației fizice și sportului; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul activității profesionale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să aplice rezultatele cercetărilor științifice în timpul practicii de specialitate cât și în activitatea profesională în domeniu; ➤ să cunoască metodologia de aplicare a testelor ca instrument de măsură; ➤ să cunoască tipologia problemelor manageriale în domeniul culturii fizice; ➤ să poată efectua o delimitare dintre cercetarea fundamentală și cea aplicativă; ➤ să aplice cunoștințele teoretice și practice în cadrul unui proiect de cercetare elaborat, sub îndrumarea profesorului. 																																																																
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 26%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Aspecte generale privind cercetarea științifică managerială</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Specificul cercetării științifice manageriale în domeniul culturii fizice</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Cercetarea științifică fundamentală și aplicativă în managementul culturii fizice</td> <td style="text-align: center;">28</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">20</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Repere conceptuale și de documentare în cadrul procesului de cercetarea managerială în domeniul culturii fizice</td> <td style="text-align: center;">28</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">20</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Metodologia de cercetare științifică managerială în domeniul culturii fizice</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6</td> <td>Instrumente de cercetare managerială în domeniul culturii fizice</td> <td style="text-align: center;">24</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">20</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td> <td>Implimentarea și sustenabilitatea cercetării manageriale</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8</td> <td>Știința managerială și profilul managerului</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total :</td> <td style="text-align: center;">150</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">110</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Aspecte generale privind cercetarea științifică managerială	14	2	2	10	2	Specificul cercetării științifice manageriale în domeniul culturii fizice	14	2	2	10	3	Cercetarea științifică fundamentală și aplicativă în managementul culturii fizice	28	4	4	20	4	Repere conceptuale și de documentare în cadrul procesului de cercetarea managerială în domeniul culturii fizice	28	4	4	20	5	Metodologia de cercetare științifică managerială în domeniul culturii fizice	14	2	2	10	6	Instrumente de cercetare managerială în domeniul culturii fizice	24	2	2	20	7	Implimentarea și sustenabilitatea cercetării manageriale	14	2	2	10	8	Știința managerială și profilul managerului	4	2	2	10	Total :		150	20	20	110
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																													
		Total	Curs	Seminar	LI																																																												
1	Aspecte generale privind cercetarea științifică managerială	14	2	2	10																																																												
2	Specificul cercetării științifice manageriale în domeniul culturii fizice	14	2	2	10																																																												
3	Cercetarea științifică fundamentală și aplicativă în managementul culturii fizice	28	4	4	20																																																												
4	Repere conceptuale și de documentare în cadrul procesului de cercetarea managerială în domeniul culturii fizice	28	4	4	20																																																												
5	Metodologia de cercetare științifică managerială în domeniul culturii fizice	14	2	2	10																																																												
6	Instrumente de cercetare managerială în domeniul culturii fizice	24	2	2	20																																																												
7	Implimentarea și sustenabilitatea cercetării manageriale	14	2	2	10																																																												
8	Știința managerială și profilul managerului	4	2	2	10																																																												
Total :		150	20	20	110																																																												
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Principalele forme ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz.</p> <p>Se optează pentru construirea unei strategii adecvate intereselor masteranzilor și nivelului lor de pregătire. În acest context se aplică în mare parte strategii euristice – de acumulare a cunoștințelor prin efort propriu de gândire, utilizând problematizarea, descoperirea, modelarea, formularea de ipoteze, dialogul euristic, experimentul de investigare, asaltul de idei, având ca efect stimularea creativității. Strategiile didactice se realizează cu ajutorul metodelor de predare-învățare informative și activ participative, de studiu individual, de verificare și evaluare.</p>																																																																
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială /diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă /dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma</p>																																																																

	<p><i>lucrărilor de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ambrosi N. Budevici-Puiu A. Epistemologia și metodologia cercetării în educația fizică. Valinex, 2015, 301p. 2. Budevici A., Chepteni V. Metodologia cercetării manageriale, Ed. Valinex, Chișinău, 2007. 3. Budevici-Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educație fizică și sport. Curs universitar. Ediția a II-a, USEFS, 2016, 283p. 4. Baci S. Teoria și metodologia managementului calității în învățământul superior. Teză de doctor habilitat în pedagogie, Chișinău, IȘE, 2013. 315p. 5. Carp I. Pregătirea specialiștilor în domeniul culturii fizice pentru activitatea de cercetare științifică. Chișinău: Valinex, 2003. 6. Carp I., Ababei R. Bazele teoriei-metodologice ale activității de cercetare. Chișinău: Valinex, 2016. 7. Chirazi M. Elemente de cercetare aplicate în activitățile motrice. UAIC. Iași, 2014. 101p. 8. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice. Polirom. Iași 2005. 9. Epuran M., Metodologia cercetării activităților corporale. FEST, București, 2005. 420p. 10. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport, București: Discobolul, 2010. 665 p. 11. Volcu G. Activitatea de cercetare managerială în pregătirea antrenorilor-manageri. Monografie. Editura Print Caro, Chișinău 2019. 12. Volcu G. Budevici A. Studiu privind activitatea de cercetare științifică a viitorilor antrenori – manageri. Materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor. Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului. Ediția a VII-A, Chișinău: Editura USEFS, 2012. 13. Volcu G. Studiul privind importanța cercetării manageriale pentru antrenori – manageri” În revista „Știința culturii fizice” Nr.21/1. Chișinău: USEFS, 2015. 14. Volcu G. Studiul comparativ privind activitatea de cercetare managerială a antrenorilor – manageri. Conferința Științifică Internațională,, Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere” Chișinău, 6-7 noiembrie 2015. 15. Volcu G. Raising Effectiveness of Specialist Professional Training through the Course “Managerial Research in Physical Education and Sport”. The Annals of “Dunarea de Jos” University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 2, 2017. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Cercetarea de marketing					
Titularul cursului		Budevici – Puiu Anatol, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 02 O.08	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Competitivitatea organizațiilor contemporane, indiferent de natura și mărimea lor, își are sorgintea în calitatea strategiilor pe care le adoptă și le aplică. Condiționarea decisivă a performanțelor, organizațiilor de conținutul strategiilor, devenită, în ultimele decenii, evidentă pentru totalitatea agenților economici și managerilor din țările dezvoltate, explică avalanșa de cercetări, studii, cursuri și consultanțe, având drept obiect strategiile. Amploarea necesității și implicațiilor strategiei asupra funcționalității și rezultatelor organizațiilor, conștientizată de manageri, întreprinzători, specialiști - la nivel de firmă - politicieni, economiști, administratori și juriști - la nivel de țară - se reflectă, uneori, în supralicitarea termenilor de strategie și strategic. O expresie a acestei tendințe o constituie, relativ, frecvențele referiri la management strategic, alianță strategică, control strategic, organizare strategică, coordonare strategică etc, care au proliferat mai ales în ultimul deceniu.</p> <p>Trecând peste aceste aspecte, este de reținut impunerea strategiei ca o componentă esențială a managementului atât în planul teoriei cât și al practicii.</p> <p>Situarea sa în prim planul managementului contemporan din țările dezvoltate este valabilă pentru toate tipurile de organizații macro, mezo și microeconomice. Firește, cel mai frecvent regăsim strategia la nivelul firmei, componenta economică de bază a</p>						

	<p>economiei. Aceasta nu înseamnă că este mai puțin importantă la nivel de economie națională. Păreră noastră este că, o activitate economică performantă, într-un anumit spațiu național, nu poate fi realizată dacă nu se dispune de o strategie națională coerentă, focalizată pe obiective competitive, riguros definite și fundamentate sub aspectul vectorilor de creștere economică, al resurselor și ai sincronizărilor temporale, care să asigure un context național, favorizant elaborării și implementării de strategii competitive de către cea mai mare parte a firmelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a utiliza vocabularul științific specific domeniului. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a lucra în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a aborda aspectele strategiilor manageriale în organizațiile sportive. ➤ Abilitatea de a se integra în activități de elaborare a strategiilor prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte manageriale. ➤ capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p style="text-align: center;">Competențe specifice</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Deprinderi de documentare și elaborare a unui plan strategic privind promovarea organizației sportive. ➤ Capacități de proiectare a unei strategii de dezvoltare a organizației sportive. ➤ Abilități de cunoaștere a strategiilor eficiente de folosire la maxim a resurselor existente pentru realizarea unei activități de elaborare a strategiei; ➤ Capacitatea de identificare a factorilor ce influențează procesul de implementare a strategiilor manageriale. ➤ Cunoașterea metodelor de lucru în procesul de fundamentare, elaborare și implementare a strategiilor manageriale. ➤ Abilități de inițiere a strategiilor de promovare a sportului ca produs orientat spre consumator. ➤ capacitatea de a evalua și a-ți asuma riscuri în diverse situații.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată defini principalele trăsături ale strategiei; ✓ să cunoască evoluția conceptului de strategie; ✓ să cunoască elementele componente ale strategiei și să le definească pe fiecare în parte; ✓ să cunoască factorii organizaționali definitori ai situației organizației sportive; ✓ să cunoască stadiile dezvoltării managementului strategic. ✓ să cunoască principalele elemente de conținut ale etapei de fundamentare a strategiei firmei; ✓ să cunoască definiția alianțelor strategice și politicilor organizaționale; ✓ să cunoască și să poată aplica în practică modalitățile de elaborare a strategiei organizaționale; ✓ să cunoască conținutul planului strategic al firmei; ✓ să cunoască strategiile specifice activității internaționale ale firmei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să compare toate definițiile date strategiei și să o selecteze pe cea mai adecvată. ✓ să determine obiectul, obiectivele, și scopurile strategiilor manageriale; ✓ să determine locul strategiilor manageriale în sistemul științelor; ✓ să cunoască tipurile de strategii în domeniul culturii fizice; ✓ să delimiteze strategiile ce vizează obținerea unei poziții competitive durabile; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată formula misiunea și obiectivele fundamentale ale unei organizații. ✓ să poată formula o definiție a managementului strategic; ✓ să poată efectua o analiză inițială a unității sportive;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată efectua o delimitare clară a strategiei de managementul strategic, alianțele strategice, politicile de firmă. ✓ să fie capabil să elaboreze planul strategic al unei firme; ✓ să cunoască fazele implementării strategiei; ✓ să fie capabil de a efectua o analiză a avantajelor competitive ale organizației. ✓ să elaboreze strategii manageriale în sport; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de cercetare în sport. Abordările strategiei.	22	2	4	16
	2	Caracteristicile, elementele și tipologia strategiilor de marketing.	20	2	2	16
	3	Managementul strategic și stadiile de dezvoltare ale acestuia.	14	2	2	10
	4	Delimitarea managementului strategic de strategie, alianțele strategice și politicile organizaționale.	24	2	4	18
	5	Procesul de elaborare, fundamentare și implementare a strategiei la nivelul organizațiilor sportive.	18	4	4	10
	6	Direcții strategice ale dezvoltării culturii fizice și sportului în Republica Moldova.	26	4	2	20
	7	Strategii în domeniul culturii fizice.	26	4	2	20
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</i></p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind</p>					

	de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practic și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.	
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	<p>1. Liliana Budevici-Puiu <i>Management și legislație în educația fizică și sport</i>. Vol.I și II, Iași, TEHNOPRES, 2006.</p> <p>2. Alois Gherguț <i>Management general și strategic în educație (ghid practic)</i>, Iași, POLIROM, 2007.</p> <p>3. Ioan Ursachi <i>Management (ediția a III-a revăzută și adăugită)</i>, București, Editura ASE, 2007.</p> <p>4. Septimiu Florian Todea <i>Managementul educației fizice și sportului</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2003.</p> <p>5. Tipa Lazăr, Budevici Anatolie, Manolachi Veaceslav <i>Strategii și Management strategic în organizațiile sportive și antrenament (îndrumar metodico-didactic)</i>, Chișinău, Valinex, 2007.</p> <p>6. <i>Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020) / Univ. de Educație Fizică și Sport din Moldova; coord.: Manolachi Veaceslav – Ch.: Editura USEFS (Tipografia „Valinex” SRL), 2012.</i></p> <p>7. Ion Petrescu <i>Management (ediția a II-a revăzută și adăugită)</i>, Editura TIPOCART BRAȘOVIA, 1993</p> <p>8. Nicolescu O., Verboncu I. <i>Management</i>. București, 1999;</p> <p>9. Ciobanu I. <i>Management strategic</i>. Iași, 1998;</p> <p>10. Volcu Gh., Volcu I. <i>Rolul creativității în elaborarea strategiilor organizațiilor sportive</i>. Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice” Nr.11/3 Chișinău: Editura USEFS, 2012.</p> <p>11. Кушнерёв А. Г. <i>Основы стратегического управления и бизнес-планирования в сфере физической культуры и спорта: (Учебник) / А.Г. Кушнерёв; Гос. Ун-т физического воспитания и спорта Республики Молдова. – Кишинёв: Б. и., 2015 (Трогр. «Примех-Сом»). – 143 р.</i></p> <p>12. Гертман М. <i>Стратегический менеджмент: Пер. с франц. /Под ред. Д. О. Ямпольской. – СПб.: Нева, 2003.</i></p>	

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatolie



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Antreprenoriat în sport					
Titularul cursului		Budevici-Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 A.09	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul universitar la disciplina „Antreprenoriat în sport” a fost elaborat din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective – elaborat și implementat în sistemul academic moldovenesc – la modelul centrat pe competențe. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată, pe de o parte, de nevoia de a realiza actualizarea formatului și unitate concepției curriculumelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ (I și II) pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>Curriculum-ul universitar urmărește valorizarea cadrului european al competențelor cheie la următoarele niveluri: formularea competențelor generale și selectarea seturilor de valori și atitudini; organizarea elementelor de conținut și corelarea acestora cu competențele specifice; elaborarea sugestiilor metodologice, strategiilor didactice și de evaluare. în cadrul facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice 						

	<p>și practice în domeniul turismului;</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera turismului; - aplicarea legislației în domeniul turismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz; - elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare a industriei turistice; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de acțiune al afacerilor în sport în corespundere cu sursele de finanțare • Abilități de prezentare a anumitor obiective specific activității de antreprenariat • Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acesteia la organele competente • Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea de antreprenariat în domeniu <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor despre antreprenariat și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. • Cunoașterea metodelor de lucru în domeniul elaborării unui plan de afaceri • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații partenoriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată defini principalele trăsături ale strategiei; ✓ să cunoască evoluția conceptului de strategie; ✓ să cunoască elementele componente ale strategiei și să le definească pe fiecare în parte; ✓ să cunoască factorii organizaționali definitori ai situației organizației sportive; ✓ să cunoască stadiile dezvoltării managementului strategic. ✓ să cunoască principalele elemente de conținut ale etapei de fundamentare a strategiei firmei; ✓ să cunoască definiția alianțelor strategice și politicilor organizaționale; ✓ să cunoască și să poată aplica în practică modalitățile de elaborare a strategiei organizaționale; ✓ să cunoască conținutul planului strategic al firmei; ✓ să cunoască strategiile specifice activității internaționale ale firmei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să compare toate definițiile date strategiei și să o selecteze pe cea mai adecvată. ✓ să determine obiectul, obiectivele, și scopurile strategiilor manageriale; ✓ să determine locul strategiilor manageriale în sistemul științelor; ✓ să cunoască tipurile de strategii în domeniul culturii fizice; ✓ să delimiteze strategiile ce vizează obținerea unei poziții competitive durabile; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată formula misiunea și obiectivele fundamentale ale unei organizații. ✓ să poată formula o definiție a managementului strategic;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată efectua o delimitare clară a strategiei de managementul strategic, alianțele strategice, politicile de firmă. ✓ să fie capabil să elaboreze planul strategic al unei firme; ✓ să cunoască fazele implementării strategiei; ✓ să fie capabil de a efectua o analiză a avantajelor competitive ale organizației. ✓ să elaboreze strategii manageriale în sport; ✓ să poată efectua o analiză inițială a unității sportive; 																																																																
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 35%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="text-align: center;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1.</td> <td>Evoluția antreprenoriatului în diferite perioade ale societății</td> <td style="text-align: center;">17</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">13</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2.</td> <td>Conducerea de tip antreprenorial în sport</td> <td style="text-align: center;">17</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">13</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3.</td> <td>Reglementarea micilor afaceri în sport</td> <td style="text-align: center;">18</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4.</td> <td>Marketingul antreprenorial în sport</td> <td style="text-align: center;">18</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5.</td> <td>Antreprenoriatul social</td> <td style="text-align: center;">22</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6.</td> <td>Mediul extern, furnizor al informațiilor de bază (juridice și economice) al antreprenoriatului în sport</td> <td style="text-align: center;">22</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7.</td> <td>Forme juridice de organizare a micilor afaceri în sport</td> <td style="text-align: center;">18</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8.</td> <td>Elemente de drept și legislație în sport</td> <td style="text-align: center;">18</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">14</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total :</td> <td style="text-align: center;">150</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">110</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1.	Evoluția antreprenoriatului în diferite perioade ale societății	17	2	2	13	2.	Conducerea de tip antreprenorial în sport	17	2	2	13	3.	Reglementarea micilor afaceri în sport	18	2	2	14	4.	Marketingul antreprenorial în sport	18	2	2	14	5.	Antreprenoriatul social	22	4	4	14	6.	Mediul extern, furnizor al informațiilor de bază (juridice și economice) al antreprenoriatului în sport	22	4	4	14	7.	Forme juridice de organizare a micilor afaceri în sport	18	2	2	14	8.	Elemente de drept și legislație în sport	18	2	2	14	Total :		150	20	20	110
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																													
		Total	Curs	Seminar	LI																																																												
1.	Evoluția antreprenoriatului în diferite perioade ale societății	17	2	2	13																																																												
2.	Conducerea de tip antreprenorial în sport	17	2	2	13																																																												
3.	Reglementarea micilor afaceri în sport	18	2	2	14																																																												
4.	Marketingul antreprenorial în sport	18	2	2	14																																																												
5.	Antreprenoriatul social	22	4	4	14																																																												
6.	Mediul extern, furnizor al informațiilor de bază (juridice și economice) al antreprenoriatului în sport	22	4	4	14																																																												
7.	Forme juridice de organizare a micilor afaceri în sport	18	2	2	14																																																												
8.	Elemente de drept și legislație în sport	18	2	2	14																																																												
Total :		150	20	20	110																																																												
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaic), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>																																																																
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru</p>																																																																

	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	<p>1. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012.</p> <p>2. Malița M. Teoria și practica negocierilor. – București: Politică, 1972.</p> <p>3. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 1998.</p> <p>4. Voicu A.V. răspunderea civilă delictuală cu privire la activitatea sportivă.</p> <p>5. Proiect “PROMOVAREA ANTREPRENORIATULUI IN MEDIUL UNIVERSITAR”, - Bazele antreprenoriatului, Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013.</p> <p>6. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 - 86 din 25.03.1999.</p> <p>7. Legea nr. 845 cu privire la antreprenoriat și întreprinderi, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 03.01.1992</p> <p>8. Budevici-Puiu A., Cireș V., Analiza și modelul planificării posturilor funcționale din cadrul organizației sportive., „Sport, olimpism, sănătate” congres științific internațional 2016, Chișinău 5-8 octombrie tipografia USEFS, Vol. 1, 664 p. ISBN 978-9975-131-32-2. p. 17-24.</p> <p>9. Budevici-Puiu A., Ferent R., Cebotaru V., Sporirea eficienței activităților sportive prin motivație., „Sport, olimpism, sănătate” congres științific internațional 2016, Chișinău 5-8 octombrie tipografia USEFS, Vol. 1, 664 p. ISBN 978-9975-131-32-2. p. 40-46.</p> <p>10. Budevici-Puiu A., Carp A., Economia culturii fizice., Curs universitar. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). – 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5.</p> <p>11. Budevici-Puiu A., Volcu I., Pregătirea profesională a viitorilor manageri din domeniul culturii fizice pentru activitatea managerială în organizațiile inovative., Conferința științifică internațională „Problemele acmiologice în domeniul culturii fizice”, proiect instituțional, 1 decembrie 2016, Chișinău, USEFS, ISBN 978-9975-131-37-7, p. 62-68.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatolie



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Marketing internațional în sport					
Titularul cursului		Amelichichin Ecaterina, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.02.A.010	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Marketing internațional în sport” a fost elaborat din perspectiva noului model centrat pe competențe. Tendințele învățământului superior european țin de deplasarea accentului de pe formele de organizare ale activității studenților în colectiv pe formele de învățare individuală și în grupuri mici, modalitate importantă în dezvoltarea competențelor la viitorii specialiști din educație fizică și sport. Adoptarea noului model de proiectare curriculară este determinată de tendințele de modernizare a învățământului superior din Republica Moldova, conform Codului Educației și altor acte normative. În acest sens, Recomandarea Parlamentului European și a Consiliului Uniunii Europene privind competențele – cheie din perspectiva învățării pe parcursul întregii vieți (2006/962/EC) conturează, pentru absolvenții învățământului superior, un „profil de formare european”, structurat pe opt domenii de competență cheie. Competențele sunt definite ca ansambluri de cunoștințe, deprinderi și atitudini care urmează să fie formate până la finele studiilor, de care are nevoie fiecare individ pentru împlinirea și dezvoltarea personală, pentru cetățenia activă, pentru incluziune socială și pentru angajare pe piața muncii. Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p>						

	<p>Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul turismului.</p> <p>Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera turismului.</p> <p>Aplicarea legislației în domeniul turismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.</p> <p>Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare a industriei turistice.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a lucra individual și în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a se implica în activități de cercetare prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Abilitatea de a comunica constructiv în mediul științific și academic. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte științifice. ➤ Abilitatea de a utiliza vocabularul științific specific activităților de cercetare de marketing. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Deprinderi de documentare și elaborare a unui plan de cercetare de marketing în cadrul organizației sportive. ➤ Dezvoltarea capacităților de identificare și dezvoltare a diverselor tehnici, metode, metodologii de cercetare în domeniul educației fizice și sportului. ➤ Formarea deprinderilor de utilizare a metodelor și tehnicilor cantitative și calitative de studiu a situațiilor organizaționale. ➤ Corectitudine din punct de vedere științific și tehnic față de utilizarea metodelor și tehnicilor specifice științei de marketing. ➤ Capacitatea de a elabora, redacta și susține public lucrări ce explică în mod științific fenomene de natură din domeniul marketingului sportiv. ➤ Capacitatea de a identifica oportunitățile de formare continuă și valorificare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Comunicare managerială în sport” (forme, tehnici, strategii de comunicare, bariere în comunicare, gestionarea conflictelor etc.); ➤ să definească noțiunea de comunicare managerială; ➤ să cunoască strategiile de eficientizare a comunicării manageriale; ➤ să identifice barierele de comunicare din organizație; ➤ să cunoască tehnici de aplanare a conflictelor; ➤ să cunoască particularitățile comunicării manageriale; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine tehnicile de comunicare managerială eficientă;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să rezolve sarcinile practice care la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează comunicarea managerială în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de comunicare eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 																																																										
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 26%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Evoluția conceptului de marketing</td> <td>28</td> <td>4</td> <td>4</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Marketingul sportiv</td> <td>24</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Rolul informației în marketingul sportiv</td> <td>18</td> <td>4</td> <td>4</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Sponsorizarea în sport</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Marketingul direct</td> <td>28</td> <td>4</td> <td>4</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Comportamentul consumatorului de sport</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Ramuri ale marketingului sportiv</td> <td>24</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total :</td> <td>150</td> <td>14</td> <td>26</td> <td>110</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Evoluția conceptului de marketing	28	4	4	20	2	Marketingul sportiv	24	2	2	20	3	Rolul informației în marketingul sportiv	18	4	4	10	4	Sponsorizarea în sport	14	2	2	10	5	Marketingul direct	28	4	4	20	6	Comportamentul consumatorului de sport	14	2	2	10	7	Ramuri ale marketingului sportiv	24	2	2	20	Total :		150	14	26	110
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																							
		Total	Curs	Seminar	LI																																																						
1	Evoluția conceptului de marketing	28	4	4	20																																																						
2	Marketingul sportiv	24	2	2	20																																																						
3	Rolul informației în marketingul sportiv	18	4	4	10																																																						
4	Sponsorizarea în sport	14	2	2	10																																																						
5	Marketingul direct	28	4	4	20																																																						
6	Comportamentul consumatorului de sport	14	2	2	10																																																						
7	Ramuri ale marketingului sportiv	24	2	2	20																																																						
Total :		150	14	26	110																																																						
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>																																																										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>																																																										

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Amelicichin E., Competențe și cunoștințe de marketing necesare specialistului din domeniul culturii fizice 2. Amelicichin E., Budevici – Puiu L., Abordarea marketingului social al instituției de învățământ superior de educație fizică și sport bazată pe imagine 3. Amelicichin E., Budevici – Puiu L., Competențele managerilor care susțin și promovează învățarea informală la locul de muncă a specialiștilor din domeniu 4. Budevici Puiu L., Manolachi V. Model of Internal Benchmarking of Higher Education Institutions of Physical Culture – a Strategic Tool for Performance Obtaining. Chisinău: Working Papers Central and Eastern European Lumen Conference, 2015, p.63-64. 5. Kotler Philip., Principles of Marketing (second edition), Prentice Hall, Inc., Englewood Cliffs, 1983 6. Olteanu V., Marketingul serviciilor, Editura Ecomar, Bucuresti, 2003 7. Iacob C., Revista Aspect, 2008, Editura Universitatii Transilvania din Brasov 8. Florescu C., Malcomete P., Pop Al. N., Marketing. Dictionar explicativ, Editura Economica, Bucuresti, 2003 9. Callecod, R.L., Stotlar, D.K., Sport & Fitness Management, Ed. Human Kinetics Books, SUA, 1990 10. Pitts, B. G., Stotlar, D. K., Fundamentals of Sport Marketing, Editura Fitness Information Technology, USA, 1996 11. Alonzo, V., „The Wild World of Sports Marketing”, aparut in Incentive, SUA, 1994 12. Graham, S., Goldblatt, J.J., Neirotti, L.D., The ultimate guide to sports marketing, Editura McGrawHill, New York, 2001 13. Evans J. R., Berman B. Retail Management: A Strategic Approach, Twelfth Edition. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice Hall, 2013. 14. Grigoruț C., Ploae V., Zăgan R., Zaharia R., Micu A. Marketing universitar. București: Biblioteca Națională a României, 2011, 95 p. 15. Zaharia R. Marketing social – politic. București: Uranus, 2000. 16. Cadrul european al calificărilor în perspectiva învățării pe parcursul întregii vieți. Document de lucru al Comisiei Europene, Bruxelles, 8.7.2005, SEC (2005) 957 EQF. 	

Data completării: 01.09.2021

Amelicichin Ecaterina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Management curricular					
Titularul cursului		Larisa Șavga, dr. habilitat, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 O.11	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Unitatea de curs „Management curricular„ este componentă a planului de învățământ pentru pregătirea specialiștilor la ciclul II master, Programul de master <i>Educație, management și marketing în sport</i>, fiind atribuită cadrului disciplinelor de specialitate.</p> <p>Conținutul cursului este focusat pe dezvoltarea competențelor (cunoștințelor, aptitudinilor, atitudinilor) necesare viitorilor absolvenți pentru profesarea în domeniul educației sportive, în special cel al managementului activităților curriculare.</p> <p><i>Obiectivul cursului:</i> familiarizarea studenților cu conceptele și noțiunile specifice curriculumului și managementului activității curriculare, dobândirea de cunoștințe și abilități în domeniul proiectării, implementării, evaluării curriculumului și managementului programelor educaționale în vederea utilizării lor în activitatea profesională.</p> <p>Conținutul educațional al unității de curs este elaborat în conformitate cu teoriile și practicile contemporane în domeniul managementului curricular, cerințele specifice proiectării curriculare, în special în sfera educației sportive și este orientat spre realizarea obiectivelor unității de curs.</p>						

	<p>Strategiile didactice aplicate în predarea cursului se axează pe utilizarea metodelor moderne de predare-învățare-evaluare, care să dezvolte competențele profesionale ale viitorilor specialiști, în special cele în domeniul managementului curricular; competențele de proiectare, implementare, evaluare și optimizare curriculară etc. Strategiile de predare-învățare utilizate sunt orientate spre promovarea conceptului de învățare centrată pe student și pe competențe.</p> <p>Studierea cursului Management curricular este prevăzută conform planului de învățământ la anul I, semestrul II de studii, în număr total de 150 ore, echivalent cu 5 credite de studii.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Operarea cu concepte fundamentale în domeniul curriculumului. • Managementul activităților curriculare cu precădere în domeniul sportiv. • Proiectarea și implementarea unor programe de instruire adaptate diferitelor niveluri de învățământ și grupuri țintă în sfera educației sportive. • Evaluarea unui proiect (program) curricular. • Proiectarea unui demers de modernizare curriculară. • Dezvoltarea și promovarea practicilor curriculare moderne <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor și a normelor de deontologie profesională specifice domeniului curricular. • Analiza din perspectivă curriculară a unei anumite arii de cunoaștere. • Utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții în vederea formării și dezvoltării profesionale continue. • Managementul carierei, dezvoltare personală și profesională, bazată pe analiza reflexivă a propriei activități profesionale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să definească în manieră operațională conceptul modern de management curricular; ✓ să cunoască conceptele și noțiunile specifice curriculumului, a fundamentelor curriculumului educațional și a managementului curricular; ✓ să identifice elementele care intră în structura curriculară și să cunoască conținutul fiecărei componente a curriculumului; ✓ să cunoască și să explice principalele tendințe în domeniul managementului curricular; ✓ să analizeze corelativ nivelele ierarhice ale managementului curricular; ✓ să cunoască ciclul de viață al unui proiect educațional și etapele procesului curricular; ✓ să cunoască modalitățile de dezvoltare curriculară. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să conștientizeze statutul managementului curricular ca și componentă a managementului instituțional, să înțeleagă specificul și relațiile dintre nivelele sale ierarhice; ✓ să înțeleagă importanța managementului curricular; să explice funcțiile și competențele specifice diferitor tipuri de management curricular; ✓ să aprecieze critic și constructiv documente legislative, administrative și curriculare, să identifice reperele fundamentale pentru proiectarea, implementarea și evaluarea programelor educaționale; ✓ să proiecteze, implementeze, evalueze și să dezvolte curricula și să le aplice în activitatea educațională aferentă activităților sportive; ✓ să aplice abordarea procesuală a managementului curricular; ✓ să aplice competențele dezvoltate în cadrul cursului în activitățile de management al conținuturilor educaționale.

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să utilizeze în mod adecvat în comunicarea profesională concepte, teorii și metode de bază specifice proiectării și managementului programelor educaționale; ✓ să dezvolte abilități de lucru în echipă și de prezentare a principalelor concepte caracteristice proiectării și managementului programelor educaționale; ✓ să elaboreze proiecte educaționale, respectând metodologia de elaborare curriculară; ✓ să promoveze un sistem coerent de valori – responsabilitate, implicare, moralitate; ✓ să cultive continuu și să manifeste atitudini constructive în contexte organizaționale variate; ✓ să respecte normele de etică profesională în activitățile didactice în domeniul sportului; ✓ să dezvolte parteneriate instituții educaționale – comunitate. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Curriculumul – concept multidimensional, evolutiv și integrativ. Tipurile de curriculum și relevanța lor în educația contemporană	18	2	2	14
	2	Managementul curriculumului – componentă a managementului educațional. Dimensiunile managementului curricular	20	4	2	14
	3	Etapele procesului curricular: proiectare, implementare, monitorizare, evaluare, optimizare. Responsabilități implicate.	44	6	8	30
	4	Conținuturile curriculare și managementul conținuturilor – reper în managementul curriculumului	24	4	2	18
	5	Produsele curriculare și valorificarea acestora în sistemul educațional	26	2	4	20
	6	Tendințe moderne în managementul curricular	18	2	2	14
Total :	150	20	20	110		
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Metode de predare – învățare: prelegere interactivă, conversație euristică, dezbateri, problematizare, discuții și explicații, reflecția individuală și colectivă, investigații independente studii de caz, exercițiul, rezolvarea unor spețe, prezentarea studiilor individuale/în grup.</p> <p>Mijloacele didactice – note de curs/texte de lecții ale titularului, platforma Moodle, prezentări multimedia, tehnică de calcul, proiector, materiale/documente ale instituțiilor educaționale/sportive.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se realizează prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> în cadrul seminarelor, pe teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul</p>					

	<p>de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, în formă de testare scrisă sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în%)	Nota finală	100%
	Nota la evaluarea finală	40%
	Nota la evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitățile la prelegeri și seminare	20%
	Nota acordată lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Bocoș, M. Didactica disciplinelor pedagogice. Un cadru constructivist, ediția a III-a, revizuită. - Pitești, Editura Paralela 45, 2017. Bocoș, M., Chiș, V. Management curricular. Repere teoretice și aplicative, Volumul I. - Pitești: Editura Paralela 45, 2013. Bocoș, M., Jucan, D. Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculumului, ediția a III-a, revizuită.- Pitești: Editura Paralela 45, 2017. Cadrul de referință al curriculumului național. – Chișinău: Lyceum, 2017. Ciolan L. Învățarea integrată. Fundamente pentru un curriculum transdisciplinar. - Iași: Polirom, 2008. Codul Educației al Republicii Moldova. - Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 24.10.2014, Nr. 319-324. Cucoș C. Teoria și metodologia evaluării. - Iași: Polirom, 2008. Educație pentru o societate a cunoașterii: Cadrul de referință al noului Curriculum Național. În: Studii de politici educaționale. – Chișinău: IPP, 2015. Enache, R. Managementul proiectelor educaționale. - București: Editura Universitară, 2019. Guțu VI. (coord.), Bîrnaz N., Dandara O. et al. Cadrul de referință al Curriculumului Universitar. - Chișinău: CEP USM, 2015. Guțu VI. Curriculum educațional. Cercetare. Dezvoltare. Optimizare. Chișinău: CEP USM, 2014. 16. Guțu VI. Pedagogie. - Chișinău: CEP USM, 2013. Guțu, V. Curriculum educațional. - Chișinău: CEP USM, 2014. Jonnaert, Ph., Ettayebi, M., Defise, R. Curriculum și competențe. Un cadru operațional. - Cluj-Napoca: Editura ASCR, 2010. Mogonea, F. R. Managementul programelor și proiectelor educaționale. - Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană, 2014. Negreț-Dobridor I. Teoria generală a curriculumului educațional. Iași: Polirom, 2008. Pogolșa L. Teoria și praxiologia managementului curriculumului. – Chișinău: Lyceum, 2013. Sava, G. M. Managementul Proiectelor Educationale. - Bacău: Casa Corpului Didactic, 2016. https://mec.gov.md/ https://www.soros.md/files/publications/documents/Studiu%20Formarea%20Competentelor-Cheie.pdf 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT</i>					
Denumirea cursului		Management financiar în sport					
Titularul cursului		Ceban Vasile, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.12	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Management financiar în sport" este destinat studenților ce-și continuă studiile la ciclul II (Master) la programele de master: Managementul Culturii Fizice, Marketing și legislație în sport în cadrul USEFS.</p> <p>Curriculum-ul de față reflectă cadrul general al disciplinei "Management financiar în sport", fiind orientat spre dezvăluirea obiectivelor, metodelor, conceptelor, principiilor cursului. Acest document va ghida activitățile de predare și învățare a profesorilor și audienților în vederea obținerii cunoștințelor ample în domeniul managementului financiar. Un loc aparte îi revine studiului individual. în cadrul facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul turismului.</p> <p>Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera turismului.</p> <p>Aplicarea legislației în domeniul turismului în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.</p>						

	<p>Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare a industriei turistice.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea conceptelor, teoriilor, abordărilor, legităților în domeniul managementului financiar; • Utilizarea informațiilor contabile în luarea deciziilor financiare în cadrul structurilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea surselor de finanțare pentru activitățile în domeniul sportului; • Elaborarea unui plan financiar în contextul inițierii unei afaceri în domeniul sportului; • Aplicarea inteligentă a cunoștințelor, abilităților obținute în diverse situații profesionale și de viață.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul finanțelor; - să identifice obiectul de studiu al disciplinei; - să definească conceptele de bază ale activității financiare în cadrul instituțiilor sportive; - să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul managementului financiar; - să descrie principiile ce stau la baza organizării activității financiare eficiente. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine valențele teoriei și practicii financiare prin intermediul faptelor (inițierea de cluburi sportive) și lansării de noi concepte; - să extindă domeniul financiar asupra structurilor sportive; - să compare evoluția dezvoltării sportului de performanță și utilizarea resurselor financiare proprii și atrase, atât în cadrul țării, cât și în afara ei; - să argumenteze rolul gestiunii finanțelor în creșterea competitivității organizațiilor sportive; - să reflecte rezultatele activității economico-financiare a clubului sportiv (de asanare și de performanță) și a impactului sportului asupra calității vieții umane. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să estimeze costurile de oportunitate a finanțării externe și a celei interne; - să aprecieze importanța respectării principiilor generale de gestiune financiară în cadrul organizațiilor sportive; - să stabilească relațiile funcționale dintre legile generale de activitate economică și legitățile gestiunii financiare a structurilor sportive; - să evalueze eficiența fluxurilor bănești în cadrul organizațiilor economice și sportive; - să argumenteze necesitatea trecerii de la comportamentele pasive la cele strategice ale personalului entităților economice și sportive; - să formuleze modalități de dezvoltare a cadrului instituțional adecvat economiei de piață; - să estimeze regulile restructurării activității economice și sportive a școlilor, cluburilor sportive;

	<p>- să estimeze riscurile financiare și să găsească modalități de diminuare a acestora; - să argumenteze realizarea criteriului de maximizare a profitului în corelație cu funcția logistică a unităților sportive și cu cerințele creșterii standardului de viață al membrilor societății.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conținutul economic al finanțelor publice și private. Rolul finanțelor în dezvoltarea sportului.	15	2	2	11
	2	Bazele conceptuale ale managementului financiar.	15	2	2	11
	3	Suportul informațional pentru fundamentarea deciziilor financiare	15	2	2	11
	4	Instrumentele pieței financiare și mecanismele de mobilizare a resurselor financiare.	15	2	2	11
	5	Finanțarea Culturii Fizice și a Sportului.	15	2	2	11
	6	Planificarea – funcție a managementului financiar	15	2	2	11
	7	Managementul riscurilor financiare.	15	2	2	11
	8	Organizarea managementului financiar.	15	2	2	11
	9	Acumularea și repartizarea veniturilor în rezultatul marketingului sportiv	15	2	2	11
	10	Rolul sponsorizării în finanțarea sportului.	15	2	2	11
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire, la disciplina dată se utilizează următoarele forme de organizare a activităților didactice: cursul universitar, seminarul universitar, accentul punându-se pe cel ce învață – studentul. În cadrul procesului de predare-evaluare se utilizează preponderent metodele interactive: problematizarea, învățarea prin rezolvarea de probleme, situație –problemă, studiu de caz, metode de tip euristic prin care studentul este stimulat să găsească soluții prin rezultatul propriei activități de învățare dar și metode tradiționale ca expunerea, descrierea, explicarea fenomenelor și proceselor economice, reprezentările grafice, schema corelații în cazul studierii anumitor structuri și a relațiilor dintre ele, comparația, etc. Scopul utilizării acestor metode este declanșarea activității independente a studentului și stimularea procesului de inițiere a unor cercetări a problemelor financiare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru</p>					

	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	Legi și acte normative:	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Legea nr.330 din 25.03.1999 cu privire la cultura fizică și sport; 2. Legea nr.298 din 21.12.2007 pentru ratificarea Convenției internaționale împotriva dopajului în sport a UNESCO; 3. HG nr.1322 din 29.11.2007 pentru aprobarea Regulamentului cu privire la modul de stabilire și de plată a indemnizației viagere sportivilor de performanță; 4. HG nr.356 din 26.03.2003 cu privire la aprobarea Regulamentului de organizare și funcționare a federațiilor sportive naționale; 5. HG Nr.1552 din 04.12.2002 pentru aprobarea Normelor privind reglementarea unor probleme financiare în activitatea sportivă; 6. HG nr.815 din 31.12.1999 cu privire la sporturile tehnice și aplicate în Republica Moldova. 7. HG nr. 1137 din 18.10.2007 cu privire la mijloacele speciale ale instituțiilor subordonate Agenției Sportului. 8. Legea instituțiilor financiare nr. 550 din 21.07.05, Monitorul Oficial nr. 1 din 01.01.96. 	
	Manuale, Suporturi de curs	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici-Puiu L. <i>Finanțe și credit</i>. Ed. , Chișinău 2010 2. Nicolai Ambrosi, <i>Evoluția mișcării olimpice</i>. Chișinău, 2014 3. Andronache V. <i>Banca și operațiunile comerciale</i>. Ed. Universitară, București, 2010 4. Tudorache D., Vincențiu M. <i>Instituții de credit. Produse și operațiuni</i>. Ed. Universitară, București, 2008 5. Toader S., Predescu I. <i>Fiscalitate. Reglementare și practică fiscală</i>. Ed. Universitară, București, 2010 6. Ungureanu M., coord. <i>Și alții, Politici și practici financiare</i>. Ed. Universitară, București, 2012 7. Bârbelescu C. <i>Diagnosticarea întreprinderilor în dificultate economică</i>, București, Editura Economică, 2002. 8. Botnari N. <i>Finanțele întreprinderii</i>, Ed. ASEM, Chișinău, 2008. 9. Cobzari L., Taran I., Baurciulu A., <i>Politici financiare ale întreprinderii</i>, Chișinău, 2006. 10. Gortolomei D., Curagiu N., <i>Finanțe și evidența contabilă a afacerii</i>, Chișinău 2003. 11. <i>Impozitarea și facilitățile fiscale pentru micul business din R. Moldova</i>//Ghid pentru întreprinzători//Bizpro Moldova, Chișinău 2003. 12. Nederiță A. <i>Contabilitatea financiară</i>, Ed ASEM, Chișinău, 2003. 13. Niculescu M. <i>Diagnosticul economic</i>, 2003. 14. Stroe F., Armeanu D. <i>Finante</i>.//www.ase.md 15. Țiruinicova N., Palade V. ș.a. <i>Analiza rapoartelor financiare</i>, Chișinău, 2004. 16. Карелин В. С. <i>Финансы корпорации</i>, Москва 2006. 17. Кобзарь Л. И др. <i>Финансы предприятия</i>, Кишинэу, 2007. 18. Кольчиной Н.В. <i>Финансы организации (предприятия)</i>, Москва 2004. 19. Купцов М. <i>Финансы</i>, Москва, 2005. 20. Фадеева И., Таран И. <i>Финансы предприятий</i>//Методические пособия по курсу, Кишинев, 2004. 21. Щербина А. В. <i>Финансы организации</i>, Ростов-на-Дону, 2005. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Management consulting în sport					
Titularul cursului		Ceban Vasile, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 A.13	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul 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	catedramcr@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Management consulting în sport” a fost conceput conform modelului centrat pe competențe – element nou în sistemul academic autohton, în defavoarea modelului axat pe obiective. Acest fapt a fost realizat întrucât exista necesitatea respectării noilor standarde curriculare, precum și importanța reflectării finalității procesului de instruire. Astfel, curriculum-ul universitar la disciplina dată vizează cu prioritate valorizarea competențelor (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.</p> <p>Cursul universitar la „Management consulting în sport” are ca scop lărgirea orizontului de specializare a viitorilor manageri în domeniul educației fizice și sportului pentru o bună integrare a acestora în sistemul managerial sportiv precum și formarea de specialiști pentru activitatea de cercetare în domeniul consultanței de management, metode de diagnostic pentru activitatea de consultanță; procese de consultanță de management, structura proiectului de consultanță pe baza utilizării eficiente a expertizei</p>						

	<p>și consultanță proces; căutarea și analiza informațiilor științifice necesare pentru rezolvarea unor sarcini profesionale în domeniul consultanței.</p> <p>Disciplina ”Management consulting în sport” se referă la ciclul profesional al instruirii viitorilor specialiști în domeniul educației fizice și sportului și este o disciplină de specialitate (S02A13). Studiarea disciplinei ” Management consulting în sport” ar trebui să fie precedat de studiul unor astfel de cursuri precum: ”Management educațional”, ”Comunicare managerială în sport”, ”Marketing sportiv”, ”Antreprenoriat în sport”. Disciplina este studiată în semestrul 2.</p> <p>Conținutul disciplinei de față este structurat astfel încât studentul să parcurgă o cale logică de dezvoltare a abilităților necesare procesului de consultanță, precum și obținerea deprinderilor aplicative utile în practicarea profesiei de manager prin prisma propriei experiențe.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cunoașterea noțiunii și explicații pentru a înțelege procesele de consultanță managerială; ➤ Abordarea problematica consulting-ului, competiției și asistenței specializate ➤ Posedarea deprinderilor de analiză a indicatorilor de performanță a organizației de profil, a performanței forței de muncă (inclusiv productivitatea muncii), precum și aptitudini de elaborare și justificare a măsurilor de îmbunătățire; ➤ Colectarea informații pentru analiza pieții serviciilor educaționale, de consultanță și altele în domeniul managementului organizațiilor de profil; ➤ Cunoașterea elementele de bază ale auditului și a controlului de personal și este în măsură să le aplice în practică ➤ Cunoașterea elementelor de bază ale proiectării organizaționale al proceselor de sistem și de gestionare a personalului, este capabil să efectueze repartizarea funcțiilor, competențe și responsabilități pe baza delegării acestora; ➤ capabil de a contribui la planificarea, dezvoltarea și punerea în aplicare a proiectelor în domeniul de gestionare entităților din domeniu; ➤ Participarea la punerea în aplicare a programului schimbării organizaționale (inclusiv în situații de criză), parțial să soluționeze probleme de gestionare a organizației, este capabil să depășească rezistența locală la schimbare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Aplicarea și interpretarea legislației sportive. ➤ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ➤ Capacitatea de a aplica creativ metodele și tehnicile de cercetare specifice științei sportului și științei managementului. ➤ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ➤ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute. ➤ Utilizarea tehnicii de calcul moderne. ➤ Capacitatea de a înțelege și de a respecta imperatiile de legalitate, deontologie și eficiență ale profesiei. ➤ Comunicarea scrisă și orală în scop profesional într-o limbă de circulație internațională și deprinderea de a lucra eficient în contexte culturale diferite
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine obiectivele de studiu ale disciplinei; ➤ să definească conceptele de bază privind activitatea de consultanță; ➤ să nominalizeze partenerii procesului de consultanță; ➤ să cunoască principalele componente ale procesului de consultanță; ➤ să definească metodele de instruire a consultanților manageriali; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să discearnă consultanța managerială de celelalte tipuri de manifestare a asistenței specializate;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să descrie avantajele utilizării consulting-ului în asigurarea activității de succes a entităților sportive; ➤ să facă distincția între diferite tipuri de consultanță managerială; ➤ să determine factorii de bază în colaborarea părților în cazul contractului de consultanță ; ➤ să stabilească caracteristicile personale ale consultantului managerial în sport, necesare realizării cu succes a activității profesate; ➤ să argumenteze importanța fenomenului instruirii în activitatea de consulting; ➤ să analizeze metodele utilizate în abordarea schimbării în entitățile sportive; ➤ să explice interdependența părților implicate în consultanță managerială; ➤ să determine specificul consultanței ca formă de interacțiune umană; ➤ să explice condițiile de bază pentru justificarea recurgerii la consulting. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să descrie etapele procesului de consultanță prin exemplificare; ➤ să identifice posibilele erori ce pot apărea în realizarea procesului de consultanță; ➤ să analizeze locul cunoștințelor de consultanță fundamentale în cadrul activităților manageriale practice; ➤ să aplice tehnicile de consultanță în funcție de situația expusă în studiile de caz; ➤ să delimiteze tipurile de consulting ce se pot manifesta în activitatea sportivă; ➤ să schițeze algoritmul unei consultanțe manageriale în sport; ➤ să analizeze tendințele de dezvoltare ale procesului de consultanță managerială și să propună inițiative de optimizare a raporturilor de consulting; ➤ să exprime propriul punct de vedere privind condițiile de realizare a consultanței manageriale.
--	---

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Natura consultanței și amploarea serviciilor de consultanță. Partenerii procesului de consultanță	30	4	4	22
	2	Consultanța și schimbarea	30	4	4	22
	3	Procesul de consultanță și componentele acestuia	30	4	4	22
	4	Consultanța în diferite domenii ale managementului	30	4	4	22
	5	Cariera de consultant Pregătirea și perfecționarea consultantilor	30	4	4	22
	Total :		150	20	20	110

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire, la disciplina Management consulting în sport se utilizează următoarele forme de organizare a activităților didactice: cursul universitar, seminarul universitar, cu centrarea pe student. În cadrul procesului de predare-evaluare se utilizează preponderent metodele interactive: problematizarea, învățarea prin rezolvarea de probleme, studiu de caz, metoda expertului, metode de tip euristic prin care studentul este stimulat să găsească soluții prin rezultatul propriei activități de învățare dar și metode tradiționale ca expunerea, descrierea, explicarea fenomenelor și proceselor negocierii, dialogul, comparația, etc. Scopul utilizării acestor metode este declanșarea activității independente a studentului și stimularea procesului de inițiere a unor cercetări ale problemelor manageriale și de consultanță.</p>
---	--

Strategii de evaluare	<p>Evaluarea, ca componentă a curriculumului la disciplina Management consulting în sport, presupune achiziționarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor, obținute pe parcursul studiilor, conform domeniilor de conținut.</p> <p>Activitatea evaluativă la Management consulting în sport va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei.</p>
------------------------------	---

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alimayer-Stefanic K.: <i>33 de principii de conducere a întreprinderii</i>, (traducere din limba germană). Biblioteca Organizării și Conducerii Științifice. Editura politică, București 1970 2. Anghelescu, V.: <i>Elemente de ergonomie aplicată</i>. în colecția: Biblioteca Organizării și Conducerii Științifice. Editura politică, București, 1970. Berbecaru I.: <i>Conducerea modernă în turism</i>. Editura pentru turism, București, 1975. 3. Budevici - Puiu Liliana, Budevici Anatolie, Enache Petronel, Management și legislație în educația fizică și sport Iași: Tehnopress, 2006 - 322p. 4. Budevici-Puiu Anatol, Franț Anna. Dezvoltarea personală și profesională a resurselor umane din entitățile sportive prin consultanță managerială acmeologică, Materialele Conferinței științifice internaționale "Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere", USEFS 6-7 noiembrie 2015, 540p., p. 20-24, ISBN 978-9975-131-21-6. 5. Cojocaru G.; Oprea N., Pleșoianu G.: <i>Conducerea și problematica dezvoltării resurselor</i>. în lucrarea: Enciclopedia conducerii întreprinderii, Partea a III-a. Editura științifică și enciclopedică, București, 1981. 6. Dumitrescu M.; Oprea M.; Fleșoianu G.: <i>Proiectarea sistemelor organizare și conducere ale unităților economice</i>. Editura științifică și enciclopedică, București, 1988. 7. Franț Anna. Consultanța managerială în sport: Curs universitar, "Valinex" SRL, Chișinău 2017, ISBN 978-9975-68-331-9, 128 p. 8. Franț Anna. Dezvoltarea profesională a specialiștilor de cultură fizică prin consultanță managerială acmeologică, Materialele Conferinței Științifice Internațională cu tema: "Problemele acmeologice în domeniul Culturii fizice", 4 decembrie 2015, USEFS, Chișinău, Moldova ISBN 978-9975-68-284-8, 119p. p.31-36. 9. Franț Anna. Impactul consultației manageriale în abordarea schimbării din entitățile sportive. Materialele Conferinței științifice internaționale "Probleme actuale privind perfectarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice", 14-15 noiembrie, 2014, ISBN 978-9975-131-07-0. -630p. p. 527-532 10. Franț Anna. <i>Necesitatea consultației manageriale în activitatea sportivă</i>, Materialele congresului Științific Internațional „Strategii de dezvoltare a sportului pentru toți și bazele legislative ale domeniului culturii fizice și sportului în țările CSI” Chișinău, 24-25 septembrie – 2008. ISBN 978-9975-68-093-6 11. Franț Anna. The Role of Consultancy in the Management of Customer Relationship to Entities with Sporting Profile, Working papers 4th Central & Eastern European LUMEN International Scientific Conference on Education, Sport and Health, 29-30 September 2017, Chisinau, Republic of Moldova, ISBN: 978-973-166-479-8, 289p., p.98-100. 12. Franț Anna, „Managementul relațiilor cu clienții la entitățile de profil sportiv prin consulting”. Sport. Olimpism. Sănătate: Congres Științific Internațional: Culegere de rezumate, Ed. a 2-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău, USEFS, 2017. – 144 p. ISBN 978-9975-131-51-3. – 37 p. 13. Isac P. (coordonatori): <i>Studiul muncii</i> - vol.I-VIII. Editura tehnică. București, 1971 -1973. 14. Kaufmann A.; Labordere H.A.: <i>Metode și modele ale cercetării operaționale</i>, vol. I-III, (traducere din limba franceză). Editura științifică și enciclopedică, București, 1967-1975. 15. Kubr Milan (editor): traducere adnotată și comentată de George Peșoianu./ Asociația consultanților Managementului din România. București, 1992.. 	

- | | |
|--|--|
| | <p>16.Liliana Budevici-Puiu, Iurie Carp, Anna Frant, Consultanța managerială în sport: (curs universitar), Ch. : Valinex SA, 2009. – 203 p.</p> <p>17.Manolachi Veaceslav, Budevici - Puiu Liliana: Educația morală și profesională - factori elocvenți în automanagementul carierei, Valinex, 2007.</p> <p>18.Oprea N.; Pleșoianu G.: Analiza diagnostic a unităților economice. Editura</p> <p>19.Oprișan M.; Sîrghi S. ș.a.: Analiza organizării și conduceri întreprinderilor din industria de prelucrare a lemnului. Editura Carss. București, 1984.</p> <p>20.Petrescu I.: <i>Psihosociologie eficienței economice. Editura Academ_e Române, București, 1991.</i></p> <p>21.Popescu A.: Teorie și practică în analiza sistemelor de conducere (voi. I și II). Editura Scrisul Românesc, Craiova, 1978.</p> <p>22.Radke M.: <i>222 măsuri practice de reducere a costurilor</i> (traducere din limba germană). Editura tehnică, București, 1974.</p> <p>23.Russu C.: Management - concepte, metode și tehnici. Editura Expert, București, 1992.</p> <p>24.Russu C.: <i>Management</i>. Editura Siti, București. 1991.</p> <p>25.Никифорова Г.С., Психология менеджмента, 2-е издание, ПИТЕР, 2004.</p> <p>26.Ременников В.б., Рабочая программа учебной дисциплины Управленческий консалтинг, Москва 2015</p> <p>27.Сидорина Т. В. <i>Основы управленческого консультирования: Учебное пособие / Т. В. Сидорина, Новосибирск: изд-во СибАГС, 2014. – с</i></p> <p>28.Маринко Г.И. Управленческий консалтинг: учебное пособие для вузов. Учебники факультета государственного управления МГУ им. М.В. Ломоносова- М.: Инфра-М, 2010.</p> |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Ceban Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Comunicare și comunicație în marketingul sportiv					
Titularul cursului		Frunză-Danail Gabriela, dr. în filologie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 02 0.14	Anul	I	Semestrul	2
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcr@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Comunicare și comunicație în marketingul sportiv” are un context interdisciplinar și este destinată spre studiu masteranzilor USEFS, specialitatea Educație, Management și Marketing în sport, Facultatea Sport, anul I.</p> <p>În context conceptual, programa cursului „Comunicare și comunicație în marketingul sportiv” vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesional-manageriale, socio-culturale și comunicative în calitate de manager, profesor de educație fizică, antrenor de sport, care vor asigura capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>Cunoașterea bazei teoretico-metodologice a formării socio-profesionale a managerului și influențele educaționale asupra acestuia prin activitățile de comunicare.</p> <p>Cunoașterea formelor și genurilor de comunicare privind determinarea activităților comunicative a managerului.</p>						

	<p>Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu.</p> <p>Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în anul I, semestrul 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor comunicării eficiente în procesul pregătirii personalității managerului sportiv; • Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de dezvoltare și formare pentru realizarea activităților profesionale comunicative manageriale; • Determinarea modurilor de implicare a evaluării psihosociopedagogice în activitatea de formare a personalității managerului și a valențelor formative, de evaluare și a modelelor eficiente; • Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea tehnologiilor specifice profesiografice în procesul pregătirii managerului pentru comunicarea managerială în activitățile sportive; • Cunoașterea tehnologiilor de diagnosticare și de apreciere a proceselor formative în cadrul activităților educaționale orientate spre formarea competențelor comunicative profesionale și manageriale a personalității specialistului de educație fizică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Comunicare managerială în sport” (forme, tehnici, strategii de comunicare, bariere în comunicare, gestionarea conflictelor etc.); ➤ să definească noțiunea de comunicare managerială; ➤ să cunoască strategiile de eficientizare a comunicării manageriale; ➤ să identifice barierele de comunicare din organizație; ➤ să cunoască tehnici de aplanare a conflictelor; ➤ să cunoască particularitățile comunicării manageriale; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine tehnicile de comunicare managerială eficientă; ➤ să rezolve sarcinile practice care la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează comunicarea managerială în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de comunicare eficientă;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice 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	Curs	Seminar	LI
	1	Comunicarea managerială: caracteristici, necesitate, rol, funcții ale comunicării manageriale	14	2	2	10
	2	Formele comunicării manageriale (interpersonală, organizațională, internă, externă etc). Comunicarea șef-subaltern	14	2	2	10
	3	Comunicare și motivare în organizația sportivă	16	2	2	12
	4	Eficientizarea comunicării în activitățile sportive. Tehnici de comunicare	18	2	2	14
	5	Negocierea: principii, tipuri de negociere, fundamente, tactici, tehnici și trucuri	16	2	2	12
	6	Comunicarea organizațională: concept, tipuri. Grupul de muncă: caracteristici, tipuri. Corelația: stil de comunicare - stil managerial; stil de conducere – stil de comunicare.	20	3	3	14
	7	Managementul ședinței: rol, tipuri, etape	20	3	3	14
	8	Comunicarea didactică și relaționarea la lecția de educație fizică și antrenament	16	2	2	12
	Total :	150	20	20	110	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu</p>					

	<p>scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Candea R. Comunicarea managerială. București: Expert, 1996. 2. Carp I., Budevici A. Comunicarea managerială. Chișinău: Valinex, 2008. 3. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili. București: Curtea Veche, 2007. 4. Cornelius H. Știința rezolvării conflictelor. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1996. 5. Dinu M. Comunicarea. București: Ed. Științifică, 1997. 6. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică. Note de curs. Chișinău, 2018. 7. Floyer A., Andrew. Abilități și aptitudini perfecte de comunicare. București: Ed. Național, 1998. 8. King L. Secretele comunicării. București: Amaltea, 1997. 9. Lassus R. Programarea neurolingvistică și arta comunicării. București: Teora, 2004. 10. Pănișoară I. Comunicarea eficientă. Iași: Polirom, 2006. 11. Pease A. Limbajul trupului. București: Polimark, 1993. 12. Pease A. Limbajul vorbirii. București: Polimark, 1995. 13. Pease A., Pease B. Abilități de comunicare. București: Curtea Veche, 2007. 14. Popescu D. Arta de a comunica. București: Ed. Economică, 1999. 15. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 1, Iași: Polirom, 2004. 16. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 2, Iași: Polirom, 2005. 17. Prutianu Ș. Comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 1998. 18. Prutianu Ș. Manual de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2000. 19. Prutianu Ș. Tratat de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2008. 20. Rosemberg M. Comunicarea nonviolentă – un limbaj al vieții. București: Ed. Elena Francisc Publishing, 2005. 21. Stanton N. Comunicarea. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1997. 22. Șoitu L. Comunicare și acțiune. Iași: Institutul European, 1997. 23. Șoitu L. Pedagogia comunicării. București: Ed. Didactică și pedagogică, 1997. 24. Timuș M. Comunicarea profesională a specialistului de educație fizică și sport. Note de curs. Chișinău, 2013. 25. Tran V. Tehnici de comunicare. București: Ed. Print, 1999. 	

Data completării: 01.09.2021

Frunză – Danail Gabriela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II, SEMESTRUL 3							
Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Managementul proiectelor în sport					
Titularul cursului		Budevici-Puiu Liliana, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 03 O.15	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul 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	catedramcr@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Managementul proiectelor în sport” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Caracteristica comună a majorității proiectelor este prezența în pregătirea și realizarea lor a elementelor de risc și incertitudine. Funcția managementului proiectelor este de a prognoza cât mai multe pericole și probleme ce pot apărea și de a planifica, organiza și controla activitățile astfel încât proiectul să poată fi realizat cu succes. Disciplina „Managementul proiectelor în sport” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară a programului de master și doctorat și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Codul Educației al RM.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe</p>						

	<p>baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderi de cunoaștere, interpretare și aplicare a actelor normative ce reglementează domeniul educației fizice și sportului • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice aplicării actelor normative la anumite spețe juridice din domeniu. • Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acesteia la organele competente • Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea organizațiilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor legislative și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. • Cunoașterea metodelor de lucru în domeniul aplicării actelor normative la diferite tematici de drept sportiv • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații parteneriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptul de proiect; ➤ să prezinte tipurile de proiecte; ➤ să prezinte trăsăturile specifice categoriilor de proiect ; ➤ să prezinte ciclul de viață al proiectului; ➤ să elaboreze un model de proiect; ➤ să prezinte unele programe de finanțare; ➤ să precizeze importanța managementului de proiect. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să descrie etapele procesului de derulare a proiectelor; ➤ să identifice procesele ce alcătuiesc proiectul; ➤ să explice modul de coordonare a proiectelor; ➤ să descrie organizarea independentă a proiectelor; ➤ să explice mediul intern al proiectelor; ➤ să identifice modul de constituire a echipei de proiect; ➤ să descrie activitatea secretariatului proiectului; ➤ să dezvolte idei privind documentația proiectului. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptul de calitate; ➤ să identifice caracteristicile produselor și serviciilor; ➤ să explice funcțiile managementului calității; ➤ să descrie elementele sistemului de management al calității; ➤ să explice pașii de urmat în vederea aplicării managementului calității; ➤ să identifice etapele procesului de planificare a calității; ➤ să explice standardele de asigurare a calității; ➤ să descrie derularea procesului de control al calității. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Proiectul și managementul proiectului	14	2	2	10
	2	Organizarea în managementul de proiect	18	4	4	10
	3	Planificarea în managementul proiectului	18	4	4	10
4	Conducerea în managementul	24	2	2	20	

	proiectelor				
5	Controlul în managementul proiectelor	24	2	2	20
6	Managementul riscului în proiecte	28	4	4	20
7	Managementul calității proiectelor	24	2	2	20
Total :		150	14	26	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategia didactică la disciplina „Managementul proiectelor în sport” se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare</i> se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății de Pedagogie din cadrul USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei de masteranzi); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizat în condiții la domiciliu (activități reflectate în lucrările realizate și aplicate în portofoliul masterandului). Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar. 				
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici Puiu L. Management si drept sportiv. Monografie. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 348 p. ISBN 978-9975-68-301-2. 2. Budevici - Puiu L. The importance of adopting national policy papers on dual careers in the field of sport: Working Papers Central and Eastern European Lumen Conference "Education, sport and health", în Revista Românească pentru Educație Multidimensională ISSN: 2066-7329 e-ISSN: 2067-9270 , Vol. 10, Issue 1, pages: 45-53, 2018. 3. Budevici - Puiu L. Extending the competence of the sports volunteers: International Congress of Physical Education, sport and Kinetotherapy ISSN: 2357-1330, București, 				

pages 368 -373, 2018.

4. Budevici - Puiu L. The teaching necessity of sports law at the profile faculties: The 4/th International Conference "The impact of sports and Physical Education Science on Today,s Society", ISBN 978-88-87729-54-2, Iași, 2018.

5. Budevici - Puiu L. The importance of using physical activities during the working hours: International congres of Physical Education, Sports and Kinetotherapy, Volume LV, p 730-736 (16 february 2019).

6. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012

7. Malița M. Teoria și practica negocierilor. – București: Politică, 1972.

8. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 1998

9. Voicu A.V. Răspunderea civilă delictuală cu privire la activitatea sportivă

10. Proiect "PROMOVAREA ANTREPRENORIATULUI IN MEDIUL UNIVERSITAR", - Bazele antreprenoriatului, Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013

11. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.1999

Data completării: 01.09.2021

Budecici – Puiu Liliana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Drept sportiv					
Titularul cursului		Budevici-Puiu Liliana, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F 03 O.16	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcr@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Drept sportiv” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. „Drept sportiv” este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară Managementul Culturii Fizice și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Codul Educației.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților - masteranzi, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților de cunoaștere și interpretare a actelor normative ce reglementează domeniul de cercetare și inovare, cât și inițierea/ consolidarea în practicarea unor discipline practice.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderi de cunoaștere, interpretare și aplicare a actelor normative ce reglementează domeniul educației fizice și sportului • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice aplicării actelor normative la anumite spețe juridice din domeniu. • Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acesteia la organele competente • Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea organizațiilor sportive. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor legislative și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. • Cunoașterea metodelor de lucru în domeniul aplicării actelor normative la diferite tematici de drept sportiv • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații partenoriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească conceptele de drept și stat; ➤ să prezinte principiile și valorile statului de drept contemporan ; ➤ să prezinte cultura fizică și sportul, ca obiect al reglementării de stat în perioada contemporană; ➤ să concretizeze care sunt subiectele Culturii fizice și sportului din Republica Moldova și statutul lor legitim; ➤ să identifice care sunt persoanele fizice și cele juridice în sport și să precizeze elementelor lor distinctive; ➤ să concretizeze care sunt elementele specifice ale patrimoniului persoanei juridice și fizice <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească și să înțeleagă conceptele de finanțare, impozitare și taxe utilizate în domeniu; ➤ să acumuleze cunoștințe cu privire la cheltuielile ce pot fi efectuate pentru pregătirea și participarea la acțiuni și competiții sportive interne și internaționale; ➤ să cunoască, să aplice și să interpreteze legislația cu privire la diferite parteneriate în sport; ➤ să cunoască legea cu privire la cultura fizică și sport, inclusiv și alte acte normative ce reglementează sponsorizarea și reclama în sport <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să prezinte unele spețe juridice; ➤ să concretizeze organele competente în soluționarea litigiilor sportive; ➤ să menționeze care este competența Tribunalului pentru arbitraj sportiv la nivel național și internațional ➤ să prezinte unele spețe juridice cu referire la violența în sport; ➤ să concretizeze competența Agenției Mondiale Anti-doping; ➤ să menționeze care sunt rolurile și responsabilitățile organizațiilor naționale anti-doping 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
<p align="center">1</p>		<p>Statul de drept. Cultura fizică și sportul, ca domeniu al politicii de stat și obiect al reglementării de stat în perioada contemporană</p>	<p align="center">28</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">20</p>
<p align="center">2</p>		<p>Noțiunea, obiectul, metodele și principiile dreptului sportiv</p>	<p align="center">24</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">20</p>
<p align="center">3</p>		<p>Reglementarea juridică a relațiilor</p>	<p align="center">18</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">10</p>

		sociale și de muncă în domeniu. Participanții la activitățile de educație fizică și sport				
	4	Finanțarea, impozitarea și taxele în domeniul culturii fizice și sportului în Republica Moldova	14	2	2	10
	5	Aspecte legislative privind proprietatea intelectuală și drepturile cetățenilor în domeniu. Protecția sănătății persoanelor ce practică activități sportive	28	4	4	20
	6	Soluționarea litigiilor în sport	14	2	2	10
	7	Violența și dopajul în sport	24	2	2	20
	Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategia didactică la disciplina „Drept sportiv” se va orienta după realitatea că masteranzii au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând masteranzii în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății de Pedagogie din cadrul USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei de masteranzi); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizat în condiții la domiciliu (activități reflectate în lucrările realizate și aplicate în portofoliul masterandului). Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar. 					
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. Budevici Puiu L. Management si drept sportiv. Monografie. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 348 p. ISBN 978-9975-68-301-2.					

	<ol style="list-style-type: none">2. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 20123. Malița M. Teoria și practica negocierilor. – București: Politică, 1972.4. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 19985. Voicu A.V. răspunderea civilă delictuală cu privire la activitatea sportivă6. Proiect “PROMOVAREA ANTREPRENORIATULUI IN MEDIUL UNIVERSITAR”, - Bazele antreprenoriatului, Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 20137. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.19998. Legea nr. 845 cu privire la antreprenoriat și întreprinderi , Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 03.01.1992
--	---

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Liliana



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Managementul resurselor umane în sport					
Titularul cursului		Cires Victoria, dr. în științe ale educației, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.17	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>„Managementul resurselor umane în sport,, se integrează organic în ansamblul materiilor incluse în pregătirea viitorilor manageri, antrenori și profesori de educație fizică. utilizând cunoștințele asimilate de studenți la următoarele discipline: finanțarea ONG, cercetarea managerială în educație fizică și sport, oferind cunoștințe, metode și procedee ce vor fi utilizate la alte materii precum management educațional, managementul organizațiilor sportive de proiect și strategie, management, trening și teambuilding în cultură fizică, etc.</p> <p>Având în vedere faptul că în multe domenii ale științei și practicii, cunoștințele se uzează, odată cu trecerea timpului și apare necesitatea de a însuși noi idei, cunoștințe în orice domeniu, în special al gestionării resurselor umane deoarece, resursa umană este o resursă vitală, regenerabilă și perisabilă, care necesită o atenție sporită din partea managementului organizației.</p> <p>Curriculumul la disciplina „Managementul resurselor umane în sport” definește o serie de probleme legate de organizarea activității de gestiune a resurselor umane într-o organizație sportivă. Programul cursului include studierea aspectelor conceptuale, legităților logice de analiză a interdependenței conceptelor analizate. Este dezvoltat conceptul resursă umană și deontologie profesională a specialistului de profil,</p>						

	<p>se examinează tehnologia analizei conceptelor analizate, metodele de lucru cu metodologia de analiză a resurselor umane și a principalelor activități din domeniul gestiunii resurselor umane. Este analizat procesul de elaborare a planului de recrutare a personalului, de stabilire a necesarului de personal entitățile sportive. Sunt prezentate structura prelegerilor de curs, temele seminariilor, structura proiectului, evaluarea curentă, evaluarea finală, precum și bibliografia obligatorie și recomandată.</p> <p>Obiectul de studiu al cursului „Managementul Resurselor Umane și Etica Profesională în sport” este sistemul integrat de regulamente, tehnologii, metode și tehnici de analiză a resurselor umane în cadrul unei organizații sportive.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de cunoaștere a conceptelor de bază teoretice și aplicative ale resurselor umane; - de cunoaștere a metodelor utilizate de planificare, resurselor umane în cadrul organizației sportive; - de identificare a oportunităților de gestiune eficientă a resurselor umane în cadrul organizației, astfel încât să contribuie la atingerea performanțelor; - de analiză a resurselor umane în cadrul unei entități sportive; - de comparare a potențialului uman în cadrul organizațiilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de utilizare a metodelor de gestiune a resurselor umane în cadrul organizației sportive în scopul atingerii performanței ; - de identificare a metodelor de recrutare, selecție a personalului uman a unei entități sportive; - de analiză a necesității de formare și integrare a resurselor umane. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Teoria și practica turismului” (finanțele firmei turistice, cerere, ofertă, investiții, motivația turistică, profit etc.); ➤ să definească noțiunea de motivație turistică; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității turistice; ➤ să identifice specificul activității turistice; ➤ să cunoască care este ciclul de viață al produsului turistic; ➤ să cunoască particularitățile peții; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în sfera turismului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe turist să procure un anumit produs turistic; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra cererii și ofertei turistice; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele economice ale industriei turismului în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității turistice; ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta turistică; <p>să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Politici de management a resurselor umane în sport și activitățile sale specifice</p>	<p>26</p>	<p>3</p>	<p>3</p>	<p>20</p>
	<p>2</p>	<p>Pregătirea profesională a personalului din organizațiile sportive</p>	<p>26</p>	<p>3</p>	<p>3</p>	<p>20</p>
	<p>3</p>	<p>Managementul previzional al resurselor umane</p>	<p>28</p>	<p>4</p>	<p>4</p>	<p>20</p>
	<p>4</p>	<p>Managerul și echipa managerială în activitățile sportive</p>	<p>16</p>	<p>3</p>	<p>3</p>	<p>10</p>
	<p>5</p>	<p>Evaluarea performanțelor resurselor</p>	<p>16</p>	<p>3</p>	<p>3</p>	<p>10</p>

	umane				
6	Responsabilități sociale și etica activităților sportive	24	2	2	20
7	Managementul carierei și elemente de deontologie profesională a specialistului de profil	14	2	2	10
Total :		150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apostu A. Îmbunătățirea managementului competiției sportive. Rezumat al tezei de doctor, Cluj Napoca, 2010, p 4-6. 2. Armstrong, M. <i>Managementul resurselor umane, manual practic</i>. București: CODECS, 2003, 872 p. 3. Abrudan. M. „Managementul resurselor umane”. Note de curs, Oradea, 2001. 4. Armstrong M. – Managementul resurselor umane. Manual de practică, Ed. Codecs, ed. a 8-a, 2003. 5. Budevici Puiu L. Pregătirea profesională a specialiștilor de cultură fizică prin utilizarea jocurilor de organizare – consolidare (teza de doctorat) – Chișinău: Valinex, 				

	<p>2007, 198 p.</p> <p>6. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul profesionistului Timișoara : Brumar, 2008.</p> <p>7. Budevici Puiu L. Studiu privind responsabilitatea antrenorului și stilurile de leadership în pregătirea sportivilor din prisma competențelor sale: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale ale metodologiei pregătirii sportivilor de performanță” Chișinău, 2010, p.18-24.</p> <p>8. Manolachi Vs. Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului, Ed.USEFS, Chișinău, 2016.</p> <p>9. Birca, A. <i>Managementul resurselor umane</i>. Chișinău: ASEM., 2005, 329 p.</p> <p>10. Djoji-Metiuz, D. <i>Dezvoltarea resurselor umane</i>. Moscova: Exmo, 2006, 285 p.</p> <p>11. Gherasimov, B. <i>Managementul personalului</i>. Rostov pe Don: Fenix, 2003, 326 p.</p> <p>12. Prodan, A.; Rotaru, A. <i>Managementul resurselor umane</i>. Iași: Sedcom Libris, 2006, 252 p.</p> <p>13. Budevici Puiu L., Amelicichin E., Competențele managerilor care susțin și promovează învățarea informală la locul de muncă al specialiștilor din domeniu: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice, Chișinău, 2015.</p> <p>14. Cireș V., Amelicichin E. Importanța stagiului de practică managerială în pregătirea profesională a studenților facultăților cu profil sportiv / The importance of the traineeship of managerial practice in the professional training of the students of faculties with sport profile. În revista: Știința culturii fizice. Nr 28/2, Chisinau, 2017. p. 76-91.</p> <p>15. Cireș V., Amelicichin E. Importanța stagiului de practică managerială în pregătirea profesională a studenților facultăților cu profil sportiv. În: “Sport. Olimpism. Sanatate”. Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.25. ISBN 978-9975-131-51-3.</p> <p>Cireș V. Formarea profesională a specialiștilor din domeniul culturii fizice în cadrul cursului „Managementul resurselor umane și etica profesională în sport” / Professional training of specialists in the field of physical culture in the course "Management of human resources and professional ethics in sport". În: “Sport. Olimpism. Sanatate”. Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău. p.32-33.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Cireș Victoria



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Management, training și leadership în educație fizică și sport					
Titularul cursului		Frunză-Danail Gabriela, dr. în filologie, conf. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.18	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Cursul „Management, training și leadership în educație fizică și sport„ este destinat masteranzilor anului II, specialitatea <i>Educație, management și marketing în sport</i>, având ca finalitate asimilarea noțiunilor teoretice de bază.</p> <p>Scopul acestui curs rezidă în familiarizarea masteranzilor cu specificul și caracteristicile organizațiilor, mediului organizațional și provocările pe care trebuie să le rezolve un manager/lider în activitatea sa.</p> <p>În același timp, sunt abordate tematici actuale privind studiul managementului și leadershipului și inserate ideile celor mai de vază autori.</p> <p>Nu în ultimul rând, cursul urmărește să furnizeze un cadru de gândire în domeniul conducerii și motivării angajaților, care să permită managerului identificarea decalajelor și imperativelor de dezvoltare, aplicarea cunoștințelor teoretice obținute în rezolvarea unor studii de caz și analize situaționale.</p> <p>În același context, prezentul curs introduce și definește unele concepte moderne, precum și prezintă bune practici pentru actualizarea și aprofundarea cunoștințelor în managementul sportiv.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și</p>						

	<p>finalitățile planului de învățământ:ă</p> <ul style="list-style-type: none"> - reproducerea conceptelor-cheie din domeniu; - operarea cu aparatul epistemologic al disciplinei; - delimitarea obiectului de studiu al disciplinei de domeniile conexe; - determinarea standardelor de calitate ale managementului și leadership-ului; - explicarea componentelor, strategiilor și stilurilor de conducere; - situarea managementului, leadership-ului și activităților de training în contextul exercitării activităților de cultură fizică. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să susțină realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în anul II, semestrul 3, 150 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 5 credite.</p> <p>În contextul dat, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • abilitatea de organizare managerială a activității la nivel de proiectare, desfășurare, evaluare, autoperfecționare; • abilitatea de exercitare a criteriilor managementului și leadership-ului eficient; • utilizarea unui lexic adecvat statutului de lider, manager; • abilitatea de a comunica eficient cu echipa; • influența benefică a culturii organizaționale; • transferarea normelor manageriale în formarea și desăvârșirea stilului personal; • elaborarea proiectului personal de carieră; • realizarea ședințelor de training; • aplicarea strategiilor de dezvoltare a unei structuri sportive <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe cu care se confruntă un manager/lider în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Management, training și leadership în cultura fizică” (caracteristici, tehnici, stiluri/strategii de conducere, cultura organizațională, trainingul în organizația sportivă etc.); ➤ să definească noțiunile de bază; ➤ să identifice stilurile de conducere; ➤ să evalueze necesitățile de training din organizația sportivă; ➤ să cunoască metode de formare; ➤ să valorifice eficient factorul schimbării în organizație; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine stilul eficient de conducere; ➤ să rezolve sarcinile practice la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează procesele manageriale în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de conducere eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 					
	1	Management și leadership Procesul de conducere. Sursele puterii. Lider versus manager – delimitări de concept, calități, cunoștințe, aptitudini Managerul sportiv: problematica sarcinilor, competențe specifice Integritatea profesională a managerului sportiv	14	2	2	10
	2	Organizația sportivă Stiluri de conducere. Strategii de conducere. Integrarea în organizația sportivă. Conținut, etape și strategii ale integrării organizaționale. Cultura în organizația sportivă. Funcțiile și tipurile culturii organizaționale	14	2	2	10
	3	Comunicarea în exercitarea managementului și leadershipului Comunicarea managerială: funcții, principii. Tehnici și aptitudini privind comunicarea eficientă Managementul manifestărilor. Managementul ședințelor Gestionarea conflictelor	16	2	2	12
	4	Schimbare și dezvoltare în organizație Schimbarea în organizație. Blocaje la nivel organizațional și individual Dezvoltarea în organizație: metode, tehnici Imaginea organizației. Strategii și tehnici de creare a imaginii. Promovarea imaginii personale și organizaționale	18	2	2	14
	5	Managementul carierei Delimitări conceptuale privind cariera profesională. Stadiile carierei Proiectarea modelului de management eficient al carierei Procesul de planificare a carierei din perspectivă organizațională și individuală. Metodologia de evaluare	16	2	2	12
	6	Analiza necesităților de training la nivelul organizației sportive Proiectarea programelor de instruire Importanța analizei nevoilor de training Procesul de analiză Indicatorii-cheie de măsurare a performanței organizaționale	20	3	3	14

	Metode de culegere a informațiilor necesare identificării nevoilor de training				
7	Activitatea de training Conceptul de training și obiectivele acestuia. Formarea adulților Caracteristicile și etapele procesului de training Conținutul și participanții programului de training Organizația și rolul ei în cadrul procesului de training Trainerul și rolul acestuia în procesul de training Influențe asupra metodelor de training Training-ul colectiv al echipei de lucru Programe de training în entitatea sportivă	20	3	3	14
8	Metode de formare aplicate în procesul de training Metode de formare pasivă Metode interogative de formare Metode de formare prin descoperire Metode de formare activă Metode de formare prin stimularea creativității Metode de formare în sistemul „outdoor” Studiu de caz și rolul trainerului în desfășurarea acestuia	16	2	2	12
	Total :	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu</p>				

	<p>scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Blanchard Kenneth H., Muchnick M. Rețeta unui lider: ingredientul lipsă pentru a motiva oamenii din prezent: învățați rețeta unui lider de succes. București: Curtea Veche, 2004. 2. Certo S. C. Managementul modern: diversitate, calitate, etica și mediul global. București: Teora, 2002. 3. Covey S.R. Cea de-a opta treaptă a înțelepciunii. București: ALLFA, 2006. 4. Clark T. R. Caracter și competență în leadership. București: Amaltea, 2017. 5. Curteanu D., Chivu I. M., Popa, I. Ghidul trainerului. București: Irecson, 2005. 6. Drucker P. Despre profesia de manager. București: Meteor Press, 2007. 7. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 8. Frunză G. Management, training și leadership în cultura fizică (note de curs). Chișinău: USEFS, 2014. 9. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică (ghid metodic). Chișinău: USEFS, 2018. 10. Maxwell J.C. Leadership de aur: lecții învățate într-o viață de lider. București: Amaltea, 2008. 11. Minulescu M. Comunicarea organizațională. București, 2004. 12. Năstase M. Lideri, leadership și organizația bazată pe cunoștințe. București: Editura ASE, 2007. 13. Nicolescu O., Nicolescu L. Managementul modern al organizației, București: Tribuna Economică, 2001. 14. Nicolescu Ov., Verboncu I. Fundamentele managementului organizației. București: Tribuna Economică, 2001. 15. Parkinson M. Ghidul carierei. București: All Beck, 2002. 	

Data completării: 01.09.2021

Frunză – Danail Gabriela



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Managementul creativității și inovării în sport					
Titularul cursului		Volcu Irina, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A. 19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusă	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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	140	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Managementul creativității și inovării în sport” este prevăzută, conform planului de învățământ și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a masteranzilor – finalitate prevăzută în Codul Educației al Republicii Moldova.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund</p>						

	<p>5 credite.</p> <p>Conținuturile și criteriile de evaluare aferente fiecărei teme din cadrul disciplinei de studiu se elaborează de către cadrul didactic ce asigură predarea și se aprobă de către catedra Managementul Culturii Fizice. Forma actuală a curriculumului universitar la disciplina „Managementul creativității și inovării în sport” reprezintă o etapă tranzitorie către un demers viitor de proiectare unitară și coerentă pe parcursul întregului învățământ superior, care va avea la bază definirea profilului de afirmare al absolventului de profil.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea corectă a limbajului non-verbal, verbal în activitatea managerială; • Analiza și sinteza parametrilor ce definesc o organizație în domeniul sportului; • Dezvoltarea competențelor specifice în domeniul resurselor umane în cadrul organizațiilor sportive; • Aștinerea conceptelor teoretice necesare înțelegerii fenomenelor și proceselor specifice managementului educației fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe creative:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de adaptare la diferite situații și activități profesionale în continuă schimbare și de a oferi diferite soluții la problemele profesionale; • Capacitatea de a convinge de corectitudinea propriei judecări; • Abilitatea de se concentra pe succes – starea de spirit pentru obținerea unui rezultat pozitiv și o activitate productivă, capacitatea de a-și asuma riscuri; • Capacitatea de analiză a informațiilor – atitudinea critică față de informație; • Capacitatea de a lucra în echipă; • Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute. <p style="text-align: center;">Competențe manageriale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a planifica, organiza, conduce și controla activitățile de educație fizică și sportive; • Utilizarea metodelor practice privind activitatea managerială din cadrul cluburilor sportive școlare și profesionale; • Capacitatea de a organiza competiții sportive; • Dezvoltarea competențelor specifice managementului resurselor umane în cadrul organizațiilor sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ➤ să identifice diferite concepte, teorii privind geneza și evoluția managementului ca știință și artă; ➤ să distingă funcțiile și principiile procesului managementului creativ, esențial în viața unei instituții sau organizații sportive; ➤ să determine principalele aspecte ale strategiilor creative de motivare cu resurse minime. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează dezvoltarea creativității în activitatea managerială; ➤ să conștientizeze problemele care pot apărea în domeniul activităților sportive cu privire la importanța, răspunderea și responsabilitățile activității de conducere, întrucât în industria sportului concurența a devenit foarte dură și vor găsi soluții creative pentru rezolvarea problemelor; ➤ să analizeze problemele legate de atragerea resurselor umane, financiare și fizice; ➤ să soluționeze creativ situațiile critice;

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să participe activ la elaborarea studiilor în domeniul managementului, prin elaborare de articole științifice, teze și studii individuale, abordând diverse probleme din sfera dată; ➤ să realizeze studii comparative în ceea ce privește concepțiile deja existente și posibilitățile de dezvoltare a disciplinei ulterior; ➤ să fie utili în sportul de performanță, care este practicat în cluburi sportive și în organizațiile sportive producătoare de profit și care pot fi considerate adevărate rețele sportive comerciale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze obiective, conținuturi, strategii didactice în realizarea cadrului profesional în conformitate cu specificul fiecărui domeniu de activitate; ➤ să propună modalități eficiente de soluționare a problemelor în contextul managementului creativ. ➤ să elaboreze proiecte de cercetare științifică în domeniul managementului creativ. ➤ să acționeze eficient privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză; ➤ să respecte principiile și particularitățile esențiale în dezvoltarea activității profesionale; ➤ să inițieze procese de strategii, de negocieri eficiente și constructive care se vor finaliza într-o reușită de succes. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Noțiuni fundamentale de creativitate managerială în educația fizică și sport	4	2	2	10
	2	Bazele managementului creativ	4	2	2	10
	3	Formarea gândirii strategice ca esență a managementului creativ în sport	4	2	2	12
	4	Conținutul și particularitățile organizării managementului creativ în sport	4	2	2	10
	5	Dezvoltarea potențialului creativ în managementul culturii fizice	4	2	2	12
	6	Luarea deciziilor manageriale în sport	4	2	2	10
	7	Principiile organizării teambuildingului în condițiile managementului creativ și inovării în educația fizică și sport	4	2	2	12
	8	Metodele de interconexiune în creativitatea managerială sportivă	4	2	2	10
	9	Diagnostica integrativității și compatibilității în managementul creativității	4	2	2	12
	10	Managementul creativității și inovării în dirijarea culturii fizice și sportului	4	2	2	12
	Total :		40	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; metode de dezvoltare a potențialului creativ: <i>Metoda SINELG, Jurnalul reflexiv, Eseul de cinci minute, Metoda de studiu RICAR, Controversa creative, Brainstorming, Frisco, Expunerea, Descrierea, Conversația euristică, Problematizarea, Studiul documentar independent, lucrul cu manualul, Metoda proiectelor, Simularea, tehnici de creativitate, vizualizarea creativă, Prelegerea, realizarea unei predicții, metoda RAFT (Rol/Auditoriu/Formă/Temă) etc..</i></p>					

	<p>Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la masteranzi cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina de studiu va fi orientată spre activități de formare a competențelor masteranzilor (profesionale, manageriale și creative) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a masterandului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale.</p>											
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Activitatea evaluativă la disciplina Managementul creativității și inovării în sport va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei.</p> <p>Evaluarea definește eficiența învățământului prin prisma raportului dintre competențele specifice proiectate și rezultatele obținute de către masteranzi în activitatea de învățare. Ea este menită să reflecte nivelul, volumul și calitatea reală a cunoștințelor cognitive și psihomotorice.</p> <p>Evaluarea vizează:</p> <p>a) în ce măsură competențele-cheie și specifice au fost atinse;</p> <p>b) progresul sau insuccesul masteranzilor;</p> <p>c) eficiența strategiilor didactice folosite de profesor în activitatea de instruire.</p> <p>Tipuri de evaluare a competențelor:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ competențe cognitive generale – se va realiza conform temelor de prelegeri la disciplina de studiu; ➤ pregătirea teoretică a masterandului în funcție de formarea orizontului aptitudinal; ➤ competențe cognitive speciale – prevede cunoașterea conținutului curricular stabilit în scopul dobândirii competențelor. Se va evalua concomitent cu însușirea practică a acțiunilor și a realizării lucrului individual (în cadrul evaluării curente); ➤ evaluarea prin testări specifice – un set de probe practice cu întrebări teoretice cu ajutorul cărora se verifică și se evaluează nivelul asimilării competențelor, precum și capacitatea de a opera cu ele, prin raportarea răspunsurilor la o scară de apreciere etalon elaborată în prealabil. <p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se realizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății Sport din cadrul USEFS.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cojocaru V. Gh. Competență. Performanță. Calitate: concepte și aplicații în educație. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2016. 273 p. 2. Cojocaru V. Gh. Schimbarea în educație și schimbarea managerială. Chișinău: Lumina, 2004. 335 p. 3. Cosmovici, A., Iacob Luminița, 1999, Psihologie școlară, Ed. Polirom, Iași. 4. Ionescu, M., 2000, Demersuri creative în predare și învățare, Ed. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca. 5. Jurcău, N., coord., 2001, Psihologia educației, Ed. U.T.Pres, Cluj-Napoca. 6. Landau, E., 1979, Psihologia creativității, Ed. Didactică și Pedagogică, București. 7. Moldoveanu, M., Mentalitatea creativă. Perspectivă psihosociologică, Ed. Coresi, București, 2001. 8. Moraru I. Psihologia creativității, Ed. Victor, București, 1998. 											

9. Moraru I. Strategii creative transdisciplinare (introducere în scientoeuristică). București: Editura Academiei Române, 1992. 184 p.
10. Moraru, I., 1995, Știința și filosofia creației, Ed. Didactică și Pedagogică, București.
11. Munteanu, A., 1994, Incursiuni în creatologie, Ed. Augusta, Timișoara.
12. Patrașcu D. Patrașcu L. Mocrac A., Metodologia cercetării și creativității psihopedagogice. Chișinău: Știința, 2003, 252 p.
13. Roșca, Al, Creativitatea generală și specifică, Ed. Academiei, București, 1981;
14. Roșca, Al, Creativitatea, Ed. Enciclopedică, București, 1972.
15. Sternberg, R. J., 2005, Manual de creativitate, Ed. Polirom, Iași.
16. Volcu I., „Creativitatea managerială în pregătirea masteranzilor facultăților de educație fizică și sport”, Monografie, 2022, 120 p.
17. Volcu I., Budevici-Puiu A., „Pregătirea profesională a viitorilor manageri din domeniul culturii fizice pentru activitatea managerială în organizațiile inovative” Conferința științifică internațională „Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, proiect instituțional, 1 decembrie 2016, Chișinău, USEFS, ISBN 978-9975-131-37-7, p. 62-68.
18. Volcu Irina, Budevici-Puiu A. Necesitatea învățării creative în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice” Nr.24/4 Chișinău: Editura USEFS, 2015. ISSN 1857-4114, pag. 38-42.

Data completării: 01.09.2021

Volcu Irina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Managementul negocierii în sport					
Titularul cursului		Budevici-Puiu Liliana, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 A.20	Anul	II	Semestrul	3
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	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Întregul proces de geneză și dezvoltare al ființei umane se supune unor legități complexe care, pe măsură ce se doresc precizate, apar și mai bulversante. Privit sub un anumit aspect, procesul de formare al individului este o continuă delimitare și conturare a sa în raport cu mediul în care trăiește. A reuși să fi <i>tu însuși</i>, chiar dacă pare un deziderat, înseamnă a reuși să te construiești cu ajutorul elementele care ți se oferă în contextul social și cultural în care exiști. Acest proces de (auto) construcție, care nu are decât aparente momente finale, înseamnă în primul rând <i>comunicare, interacțiune și schimb de informație</i>. Elementele prin care am schițat parcursul de viață al fiecăruia dintre noi alcătuiesc, fără modificări esențiale, o definiție a procesului negocierii.</p> <p>Astfel disciplina “Managementul negocierii în sport” este parte componentă a programului de formare a specialiștilor în domeniul Managementului Culturii Fizice și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților, precum și anumite competențe de cunoaștere, aplicare și integrare. Astfel, curriculum-ul universitar la disciplina dată vizează cu prioritate valorizarea competențelor (transversale și profesionale) care se</p>						

	<p>adreasează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. De asemenea în acest instrument metodic sunt enunțate conținuturi prin care se urmărește realizarea obiectivelor proiectate.</p> <p>Cursul universitar la „Managementul negocierii în sport” are ca scop lărgirea orizontului de specializare a viitorilor manageri în domeniul educației fizice și sportului pentru o bună integrare a acestora în sistemul managerial sportiv. Conținutul disciplinei de față este structurat astfel încât studentul să parcurgă o cale logică de dezvoltare a abilităților necesare procesului de negociere, precum și obținerea deprinderilor aplicative utile în practicarea profesiei de manager prin prisma legislației în vigoare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderi de cunoaștere, interpretare și aplicare a actelor normative ce reglementează domeniul educației fizice și sportului • Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice aplicării actelor normative la anumite spețe juridice din domeniu. • Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acestora la organele competente • Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea organizațiilor sportive. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea integrată a cunoștințelor legislative și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. • Cunoașterea metodelor de lucru în domeniul aplicării actelor normative la diferite tematici de drept sportiv • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații partenoriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu ale disciplinei; - să definească conceptele de bază privind activitatea de negociere; - să cunoască etapele procesului de negociere - să cunoască principalele elemente ale unei negocieri; - să definească criteriile de evaluare a succesului unei negocieri; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să discearnă negocierea de celelalte tipuri de rezolvare a conflictelor; - să descrie avantajele cooperării în negociere în raport cu abordarea competitivă; - să facă distincția între negocierea distributivă și cea integrativă; - să determine principiile de lucru ale echipei de negociatori; - să stabilească trăsăturile de personalitate ale negociatorului, necesare realizării cu succes a activității profesate; - să argumenteze utilizarea strategiei ca și mod de gândire în negociere; - să analizeze tipurile temperamentale ale negociatorilor adecvate pentru un negociator de succes; - să explice interdependența părților implicate în negociere; - să determine specificul negocierii ca formă de interacțiune umană; - să explice condițiile de bază pentru justificarea recurgerii la negociere. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să descrie negocierile de succes ca rezolvări creative de probleme în cooperare; - să identifice posibilele erori ce pot apărea în identificarea potențialului integrative; - să analizeze locul cunoștințelor de negociere fundamentale în cadrul activităților manageriale practice; - să aplice tehnicile de negociere în funcție de situația expusă în studiile de caz; - să delimiteze tipurile de contract ce pot fi utilizate în activitatea sportivă; - să schițeze algoritmul unei negocieri de parteneriat în sponsorizarea sportivă; - să analizeze tendințele de dezvoltare ale procesului de negociere și să propună inițiative de optimizare a raporturilor de negociere;

	- să exprime propriul punct de vedere privind condițiile de sponsorizare a unui eveniment sportiv					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Problematika procesului de negociere	30	4	4	22
	2	Etapele și tehnicile procesului de negociere	30	4	4	22
	3	Negociatorul	30	4	4	22
	4	Categoriile de contracte ce pot fi utilizate în activitatea sportivă	30	4	4	22
	5	Parteneriatele în sport	30	4	4	22
Total :			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire, la disciplina „Managementul negocierii în sport” se utilizează următoarele forme de organizare a activităților didactice: cursul universitar, seminarul universitar, cu centrarea pe student. În cadrul procesului de predare-evaluare se utilizează preponderent metodele interactive: problematizarea, învățarea prin rezolvarea de probleme, studiu de caz, metoda expertului, metode de tip euristic prin care studentul este stimulat să găsească soluții prin rezultatul propriei activități de învățare dar și metode tradiționale ca expunerea, descrierea, explicarea fenomenelor și proceselor negocierii, dialogul, comparația, etc. Scopul utilizării acestor metode este declanșarea activității independente a studentului și stimularea procesului de inițiere a unor cercetări ale problemelor manageriale și de negociere.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierile se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antonoaie, N., Foriș, T., Sumedrea, S., Constantin, S. - Managementul firmei, Constanța, Editura Leda, 2000. 2. Baldrige, Letitia, 1993, <i>Codul manierelor în afaceri</i>. Editura Amerocart 3. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016. 4. Budevici-Puiu. Liliana., Busuioc S., Managementul negocierii și politica contractuală utilizată în sport, Curs universitar, Chișinău 2010. 					

5. Butunoiu, George, 1995, *Tehnici de vânzare*. Editura AU, București.
6. Buzan, Tony; Israel, Richard, 1998, *Vânzare inteligentă*, Editura Codecs, București.
7. Cabana, Guy, 2005, *Cele zece secrete ale negociatorului eficient*. Editura Nicolescu, București.
8. Codul Civil al Republicii Moldova
9. Curry, Jeffrey Edmund, 2000, *Negocieri internaționale de afaceri*, Editura Teora, București.
10. Cușneriov A., Savin A., *Managementul organizațiilor de cultură fizică și sport (manual)*, USEFS, Chișinău 2013, -183p.
11. Dragos Constantin Vasile *Tehnici de negociere în afaceri*, curs universitar
12. Dragos P.F. *Management în sport*, Oradea, 2014. Editura Teora, București.
13. Ficeac, Bogdan, 1996, *Tehnici de manipulare*, Editura Nemira, București.
14. Hiltrop, Jean-M.; Udall, Sheila, 1999, *Arta negocierii*. Editura Teora, București.
15. Iacob, Luminița; Bălan, Bogdan; Boncu. Ștefan, 1997, *Comunicarea în câmpul social. Texte alese*. Editura Universității „Al.I. Cuza”, Iași.
16. Johns, Ted, 1998, *Relațiile perfecte cu clienții*, Editura Național, București.
17. Joule, R.V.; Beauvois, J.L., 1997, *Tratat de manipulare*, Editura Antet,
18. Kennedy, Gavin – *Negocierea perfectă*, București, Editura Național, 1998
19. Malița M. *Teoria și practica negocierilor*. - București: Politică, 1972.
20. Manolachi V. *Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului*, Ed. USEFS, Chișinău, 2016.
21. Manolachi Veaceslav, Budevici - Puiu Liliana: *Educația morală și profesională - factori elocvenți în automanagementul carierei*, Valinex, 2007
22. Mattock, John Ehrenborg – *Cum să devii un bun negociator*, București, Editura All Beck, 2001.
23. Medicina, Bruno, 1996, 1997, *Ideii de afaceri*, Rentrop & Straton, București.
24. Moraru, Daniela. *Managementul Afacerilor, Tehnici de negociere*, Timișoara, 2004.
25. Neculau, Adrian (coord.), 1996, *Psihologie socială*, Editura Polirom, Iași.
26. Ohmae, K. – *Inteligența strategului. Arta afacerilor în Japonia*, București, Editura Teora, 1998.
27. Opreșan V. *Marketing și comunicare în sport*: Uranus, București, 2002.
28. Otker P. Hayes - *Sponsorizarea-Teorie și practica*, 1993.
29. Petrescu I. *Management*. - Brașov: Tipocart Brașovia, 1993.
30. Prutianu Ștefan – *Manual de comunicare și negociere în afaceri*, Iași, Editura Polirom, 2000.
31. Prutianu, Ștefan, 1996, *Negocierea și analiza tranzacțională*, Editura Sagittarius.
32. Prutianu, Ștefan, 2004, *Antrenamentul abilităților de comunicare* (vol. 1), Editura Polirom, Iași.
33. Robbins, Anthony, 2001, *Puterea nemărginită*, Amaltea, București
34. Shell, G. Richard, 2005, *Negocierea în avantaj*, Editura Codex.
35. Souni, Hassan, 1998, *Manipularea în negocieri*. Editura Antet, Oradea.
36. Voiculescu, D., 1991, *Negocierea*, Editura Științifică, București
- Ziglar, Zig – *Arta vânzării*, București, Amaltea, 2002.

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Liliana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Practica managerială					
Titularul cursului		Budevici – Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 03 O.21	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	10	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	70	Studiu individual	230	Total ore pe semestru			300
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	LP	LI	
		300	-	-	-	230	
Nota de prezentare	<p>Stagiile de practică constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practică asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul – viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Curriculumul dat reflectă obiectivele și competențele generale, structura, metodologia organizării și desfășurării stagiilor de practică managerială în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, la studenții Facultății de Sport, ciclul II.</p>						

	potrivit reglementărilor legislației în vigoare în Republica Moldova, componentă obligatorie și esențială a formării profesionale universitare.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de acțiune în vederea înființării unei structuri sportive, coordonării activităților, dirijării personalului în sport în corespundere cu sursele de finanțare; ✓ Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de management; ✓ Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acestora la organele competente ✓ Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea de management în domeniu; ✓ Capacități de relaționare interpersonală și de creare a climatului favorabil în entitățile de profil <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Abilități de conducere și antreprenoriat, managementul timpului și al carierei, utilizarea patrimonială a drepturilor de proprietate intelectuală. ✓ Abordarea integrată a cunoștințelor despre management și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. ✓ Cunoașterea metodelor de lucru într-o structură sportivă ✓ Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații partenoriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de a poseda cunoștințe generale de bază; ✓ de a comunica informații, idei, probleme și soluții din domeniul profesional; ✓ de comunicare scrisă și orală în limba maternă și într-o limbă de circulație internațională; ✓ de analiză și sinteză; ✓ de a decide independent; ✓ de a susține public un discurs coerent și logic; ✓ de a asigura promovarea și respectarea legalității în activitatea desfășurată; <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de evaluare și autoevaluare a propriilor activități din perspectiva obligațiilor de funcție; ✓ de a aprecia diversitatea; ✓ de a avea un comportament etic și de respectare a regulilor deontologiei profesionale; ✓ de negociere și elaborare de proiecte; ✓ de colaborare cu specialiștii și experții din alte domenii; ✓ de a demonstra un comportament etic în activitatea profesională; ✓ de a rezolva situații profesionale uzuale, în vederea soluționării eficiente și deontologice a acestora; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de a pune în practică cunoștințe; ✓ de a învăța; ✓ de adaptare la noi situații; ✓ de a se adapta la procesul de integrare europeană și de armonizare a legislației specifice domeniului de activitate; ✓ de a interpreta și a aplica legislația specifică domeniului de specializare; ✓ de a lucra independent; ✓ de organizare și realizare a cercetării; ✓ de a dezvolta responsabilitatea față de implicațiile etice și consecințele sociale ale cercetărilor.
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea stagiilor de practică se realizează atât pe perioada de desfășurare a practicii, cât și la finalizarea acestei activități.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i>, pe durata practicii, se efectuează de către conducătorul de practică și reprezentantul unității-baze de practică, luând în considerație participarea studentului la lucrările programate și formarea de către acesta a deprinderilor de</p>

	<p>executare sau coordonare a operațiunilor incluse în programul practicii și reflectate în Portofoliul de practică care include următoarele documente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agenda-tip a stagiului (anexa 1); - Statutul, regulamentul, structura și organizarea activității entității sportive(organigrama structurală), date istorico-cronologice; - Legea în care este stipulat specificul activității unității sportive; - Structura sistemului sportiv în cadrul căreia se regăsește entitatea de profil; - Documente specifice managementului financiar(contracte de sponsorizare, de colaborare, distribuția resurselor financiare în organizație, devizul de cheltuieli al unei manifestări sportive); - Modelul contractului de muncă a unui sportiv, antrenor, manager; - Fișa de post (anexa 3); - Programe ce vizează dezvoltarea personalului; - Acte ce reglementează procedura de atestare a personalului; - Prezentarea unui proiect individual care să reflecte lucrul administrativ; - Planul de organizare a unui cantonament de pregătire (reflectarea resurselor materiale, financiare, umane și informaționale necesare); - Planul de organizare a unui eveniment sportiv (pașii de parcurs, reflectarea resurselor materiale, financiare, umane și informaționale necesare); - Contract - tip de transfer al unui sportiv; - Materiale promoționale, documente ce atestă activități de promovare a activității și/sau a entității sportive; - Analiza consumatorului serviciilor și produselor entității sportive; - Lista documentației necesare unui conducător de club; - Raportul practicii manageriale (anexa 4); - Referința semnată de coordonator și vizată cu ștampila organizației sportive (anexa 2); - Fotografii, scheme de la locul desfășurării practicii. <p>La <i>evaluarea finală</i>, stagiile de practică se apreciază cu note de către o comisie special creată de catedra de profil, ținând cont de referința coordonatorului din partea unității-baza de desfășurare a practicii despre activitatea stagiului, calitatea susținerii publice a raportului, rezultatele realizării sarcinii individuale, aprecierea conducătorului de la catedra de profil. Criteriile de apreciere a stagiului de practică sunt elaborate și aprobate prin reglementări interne ale universității.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	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%
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premisă a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg.Mureș: 2007. 180 p. 2. Budevici-Puiu L. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 3. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 4. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 5. Secieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2002. 6. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodică antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013, 372 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatolie



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE, MANAGEMENT ȘI MARKETING ÎN SPORT					
Denumirea cursului		Practica de cercetare/elaborare a tezei de master					
Titularul cursului		Budevici – Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.04.O.02	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	30	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		210	Studiu individual	690	Total ore pe semestru		900
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	Contact direct		LI		
		900	210		690		
Nota de prezentare	<p>Stagiile de practica constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practice asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul - viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Astfel, studiul bazelor practicii de antrenorat devine prioritar pentru studenți, ca viitori specialiști și, deopotrivă, pentru practicienii și elaboratorii de strategii, de tactici de organizare și conducere. Stagiile de practică în cadrul formării inițiate în</p>						

	<p>invățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, federații, cluburi și școli sportive.</p> <p>Practica de cercetare este prevăzută în planul de studii și are următoarele obiective fundamentale: <i>consolidarea și aprofundarea cunoștințelor teoretice; obținerea deprinderilor practice în specialitatea de educație fizică și sport; culegerea materialelor practice necesare în elaborarea tezei de licență.</i></p> <p>În conformitate cu decizia Senatului USEFS din 30.03.2017 privind calitatea elaborării tezelor de master și licență de către studenți, ciclul I și II, precum și în scopul monitorizării punerii în aplicare de către catedre și facultăți a cerințelor și recomandărilor ce facilitează sporirea competențelor profesionale ale viitorilor specialiști de cultură fizică, catedrele efectuează o analiză asupra situației respective în vederea stabilirii nivelului, la care s-a realizat procesul sus menționat.</p> <p>Studenții sunt informați la catedre cu <i>Regulamentul privind elaborarea tezelor de licență/master</i>, acesta fiind plasat pe site-ul universității.</p> <p>Teza de master este una dintre componentele principale ale examenului de licență și reprezintă o lucrare de sinteză executată în baza competențelor profesionale acumulate de student în perioada studiilor, a cunoștințelor teoretice, precum și a abilităților practice obținute la disciplinele fundamentale și la cele de specialitate, a activității de cercetare științifică efectuată în cadrul cercurilor științifice etc.</p> <p>Susținerea publică a tezei de master se finalizează studiile la Ciclul II, Masterat.</p> <p>Calitatea înaltă a rezultatelor activității didactice, care este determinată de nivelul cunoștințelor și al deprinderilor absolvenților USEFS, este posibilă doar prin asigurarea unui nivel înalt de organizare a procesului instructiv pe parcursul întregii perioade de studii. În corespundere cu cerințele Codului educației nr.152 din 17 iulie 2014, studenții USEFS, după finalizarea studiilor la Ciclul II (Master), trebuie să elaboreze o lucrare de calificare la sfârșitul studiilor sub formă de teză de licență. Totodată, tezele de licență trebuie să cuprindă o componentă științifică, fără plagiat și compilare a materialului informativ. Teza de licență este considerată un rezultat final și integral al pregătirii profesionale a studenților anului terminal la specialitatea respectivă. Ea trebuie să reprezinte o cercetare realizată de sine stătător și, finalizată, să conțină elemente de noutate științifică și, în măsura posibilităților, să poarte un caracter experimental, de asemenea să aibă importanță teoretică și practică. Teza de master este unul dintre principalele criterii de apreciere a corespunderii nivelului de pregătire teoretică și practică a studentului, cerințelor curriculum-ului universitar în specialitatea aleasă. Monitorizarea și evaluarea organizării susținerii tezelor de licență în cadrul USEFS se realizează de către rector, prorectori și decanii facultăților sub egida Consiliului de calitate al universității.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită marii lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice

și sportului (antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă);

- să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, sârguință, angajare, comunicare, toleranță etc.;
- să formeze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese;
- să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv), cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil de viață sănătos, necesității de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.;
- să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului;
- să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor;
- să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv;
- să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex;
- să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională;
- să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament;
- să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale;
- să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament;
- să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții;
- să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament;
- să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora;
- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;
- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;
- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice includ caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de cercetare, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrici și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);
- să întocmească și să prezinte documente din cadrul instituției unde a desfășurat experimentul pedagogic;
- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;
- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;
- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;
- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;
- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;

	<ul style="list-style-type: none"> - să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util; - să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.); - să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.); - să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora; - să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor; - să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită; - să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament. <p>În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea la studenții ciclului II a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională; - formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție; - formarea la studenții ciclului II a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - teza de master constituie o componentă importantă a evaluării absolvenților de la Ciclul II (Masterat) și are drept scop evaluarea competențelor în: realizarea cercetării științifice; integrarea cunoștințelor teoretice în procesul de investigație științifică; elaborare a unor soluții practice specifice domeniului de formare profesională; interpretarea studiilor de caz. Teza de licență se elaborează începând cu penultimul an de studii, sub îndrumarea conducătorului/ consultantului științific, în corespundere cu domeniul de formare profesională, direcțiile de cercetare teoretică și experimentală ale catedrelor de specialitate, care sunt în conformitate cu direcțiile generale de cercetare ale USEFS. Candidații selectează tema tezei de licență din lista propusă de catedra de profil, la finele anului de studii precedent. Se admit la susținerea tezei de licență studenții care au realizat integral planul de învățământ și au acumulat numărul de credite stabilit pentru programul respectiv de formare profesională. Teza de master se elaborează de către student, de regulă, în limba română sau în limba în care studentul și-a făcut studiile. - să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora; - să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice; - să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent; - să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- să desfășoare măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire;
- să analizeze din punct de vedere logistic – managerială nivelul de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;
- să organizeze și să realizeze cercetări pe tema tezei de licență, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- Teza de master reprezintă o sinteză cu elemente de cercetare științifico-practică, elaborată de sine stătător de către student sub îndrumarea conducătorului/consultantului științific. Procesul de realizare a tezei de licență cuprinde trei etape:
 - - PLANIFICAREA - ELABORAREA - SUSȚINEREA PUBLICĂ (prealabilă și finală). Realizarea tezei de licență se va supune unui algoritm de acțiuni:
 - PLANIFICAREA - Stabilirea unui Plan calendaristic de realizare a tezei de licență. Conducătorul științific stabilește, de comun acord cu studentul, un program de activitate care vizează etapele de elaborare, prezentare spre discuție și verificare a materiei cercetate. În Planul calendaristic de realizare a tezei de licență, conducătorul științific confirmă prin semnătură îndeplinirea de către student a sarcinilor prevăzute pentru anumite etape de elaborare a lucrării. Planul calendaristic de realizare a tezei de licență completat, însoțit de avizul conducătorului științific al studentului, se va anexa la varianta finală a tezei (pentru a fi prezentat Comisiei de licență de susținere finală a tezelor de licență).- Structura cercetării se elaborează cu acordul conducătorului științific, ulterior, odată cu documentarea detaliată la tema abordată, se va întocmi un plan provizoriu al tezei de licență, se vor stabili obiectivele de lucru.
 - ELABORAREA - Documentarea științifică. Studentul consultă sursele de documentare disponibile (cărți, documente, periodice, internet, prospecte sau alte publicații, ultimele realizări și evoluții privind tema studiată), abordează, împreună cu conducătorul științific, informațiile din domeniul de cercetare și le structurează logic. Suplimentar, el/ea selectează informații elocvente pentru alcătuirea ulterioară a bibliografiei;
 - Elaborarea aparatului categorial de noțiuni, structurarea și redactarea textului științific al capitolului I, conform cerințelor Ghidului de perfectarea tezelor de licență USEFS;
 - Culegerea materialelor practice și experimentale. Elaborarea și realizarea experimentului de constatare. Perioada elaborării tezei de licență include un stagiul practic care prevede: - realizarea experimentului de constatare; - prelucrarea cantitativă și calitativă a datelor experimentale; - implementarea aspectelor aplicative ale lucrării.
 - Elaborarea și prezentarea capitolului II. Analiza, sinteza și prelucrarea datelor experimentale, obținute în cadrul stagiului de practică de licență (de specialitate);
 - Prezentarea conducătorului științific a primei variante integrale a tezei de master pentru susținerea prealabilă a ei. SUSȚINEREA PUBLICĂ Susținerea prealabilă a tezei de licență are loc la catedră în prezența conducătorului științific și a altor cadre didactice de specialitate, cu cel puțin o lună înainte de data indicată pentru susținerea finală. Studenții care nu au reușit să prezinte teza de licență spre examinare la susținerea prealabilă, nu se admit la următoarea etapă de susținerea a tezei de licență.

	<p>- Redactarea finală a tezei de licență înainte de copertare. Conducătorul științific oferă studentului consultații în vederea completării și/sau modificării unor aspecte ale lucrării. - Imprimarea și copertarea a două exemplare ale tezei de licență.</p> <p>- Prezentarea/depunerea, în termenul stabilit, a 2 exemplare ale tezei de master la catedra de specialitate, precum și a versiunii în format electronic a acesteia conducătorului științific pentru avizare, cu cel puțin 10 zile înainte de examenul de susținere a tezelor de licență și la catedra de profil (pentru evaluare și admitere la susținerea finală).</p> <p>- Pregătirea discursului și a prezentării (power point) pentru susținerea tezei în fața Comisiei de masterat.</p> <p>- Susținerea finală a tezei în fața Comisiei de masterat.</p>				
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Contact direct	LI
	1	Organizatiional si informational	130	40	90
	2	Instructiv-metodic	130	40	90
	3	Susținerea prealabilă la conducătorul științific la teza de master	90	40	50
	4	Desfășurarea experimentului pedagogic	360	60	300
	5	Analiză cercetării	110	10	100
	6	Susținerea prealabilă în cadrul catedrei de profil	30	10	20
7	Redactarea finală a tezei de master	50	10	40	
	Total :	900	210	690	
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice și de seminar. Cursurile teoretice sunt organizate sub formă de prelegere clasică, dezbateri. Pot fi cursuri mixte - prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice/laborator, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p>				
	<p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru activitatea preconizată, potențialul de învățare la începutul unei noi activități (susținerea tezei de licență). Se apreciază prin <i>prezentarea tezei de master (power point), după care urmează întrebările pe baza cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate pe parcursul anilor de studii, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p>				
	<p>2. Evaluarea finală</p>				
<p>Evaluarea finală a activității studentului – stagiar se efectuează de conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar și rezultatele cercetării efectuate. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la</p>					

	<p>aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării experimentului pedagogic. Nota finală a activității studentului–stagiar se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiar pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>		
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. Bucuresti: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. 5. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 6. Secieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2002. 7. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. 8. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 8. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с. 9. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с. 10. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 11. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 12. http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf 13. http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki 14. http://festival.1september.ru/articles/601657/ 15. http://sdr.lvsva.biz/page13.html 16. http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlva-prepodavatelej/128-cto-takoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov 17. https://infourok.ru/ponvatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva-1198707.html (accesat 11.01.22) 18. https://studfiles.net/preview/3355746/ (accesat 11.01.22) 19. http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf (accesat 11.01.22) 20. https://mydocx.ru/11-29051.html (accesat 12.01.22) 		

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA KINETOTERAPIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
KINETOTERAPIE ÎN RECUPERAREA MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ
Ciclul II (Masterat), 120 credite**

CATALOGUL CURSURILOR
în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 19.01.2019
număr de înregistrare ISM – 01-18668

ANUL I, SEMESTRUL I

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 Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		KINETOTERAPIE ÎN RECUPERAREA MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ					
Denumirea cursului		Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică					
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 și 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	
		150	30	10		110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul de formare profesională „kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională”, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățămînt, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării în domeniul științelor sportului, vizînd practica investigațională și de recuperare a diferitor categorii de pacienți.</p> <p>Curriculumul disciplinei este axat pe competențe, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățămînt:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile la masterat;</p> <p>c) promovarea fenomenelor epistemologice ale cercetărilor științifice în domeniul culturii fizice și kinetoterapiei, precum și implementarea rezultatelor acestora;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la studenți menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi prevăzuți.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții programului „Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională”, ai USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. VII, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>						
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru domeniul Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului științe ale sportului/kinetoterapie pe plan național și internațional; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei antrenamentului sportiv prin prisma fenomenelor epistemeologice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește cercetarea științifică în domeniul Kinetoterapiei. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască direcțiile prioritare și problemele actuale de cercetare ale motricității, kinetoterapiei și terapiei ocupaționale * să cunoască terminologia specifică activității de cercetare științifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a kinetoterapeuților care va fi convertită, în procesul însușirii prin în cunoștințe necesare pentru practica domeniului; * să cunoască teoriile și metodologiile științifice moderne ale kinetoterapiei și terapiei ocupaționale precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele teoretice și științifice generale în domeniul kinetoterapiei; * 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 de utilizare a tehnicilor și metodelor kinetoterapeutice în recuperarea motrică și somato funcțională în procesul de reabilitare; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale , precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de reabilitare a pacienților . <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; * să posede capacități de promovare, comunicare și aplicare a proceselor inovative de utilizare a kinetoterapiei în recuperare motrică și somato-funcțională în cadrul unor manifestări științifice; <ul style="list-style-type: none"> * să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului,, 						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	Lab	LI
	1	Epistemologia și metodologia cercetării	12	2	1		9

<p style="text-align: center;">Tematica și repartizarea orelor la curs</p>		– repere conceptuale					
	2	Domaniul cunoașterii științifice	8	2	-		6
	3	Stadii ale interogării și cunoașterii	12	2	1		9
	4	Gîndirea în activitatea de cercetare științifică	12	2	1		9
	5	Tipologiile și clasificarea științelor umane	12	2	1		9
	6	Metodologia cercetării științifice în domeniul culturii fizice	20	4	1		15
	7	Tendințe contemporane în epistemologia pedagogică și implicațiile acestora în lumea sportului	12	2	1		9
	8	Metodologia cercetării științifice în cadrul teoriei activităților motrice	20	4	1		15
	9	Premise metodologice cu privire la logica desfășurării cercetărilor în domeniul fitnessului	12	2	1		9
	10	Activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul fitnessului	18	4	1		15
	11	Tehnologia elaborării tezei de masterat.	12	2	1		9
	12	Deontologia și etica cercetării științifice	18	2	-		6
	Total			150	30	10	
<p>Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz cu privire la activitatea științifică în domeniul kinetoterapiei pe plan național și internațional, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, cu tematică la alegere, în care se vor evalua cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două sau mai multe subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare,</p>						

	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	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p> <p>2. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>3. Carp, Ion, Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p> <p>7. Rotariu, T., Iluț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. Ҙарос V., Сапселеа V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.</p> <p>12. Волков, Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С.Волков, В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>13. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>14. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. -544 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Carp Ivan



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie					
Titularul cursului		Pascal Oleg					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F.01.O.002	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F– componenta fundamentală)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	10	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie”. Primul și ultimul pas a unui kinetoterapeut în procesul de recuperare funcțională este evaluarea. Inițial evaluarea este necesară pentru aprecierea restanțelor funcționale a pacientului ce urmează a fi recuperat, iar în final evaluarea apreciază rezultatele obținute prin aplicarea programului de recuperare și necesitatea refacerii lui în funcție de noile concluzii. Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de master:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitarea medicală care sunt oferite în instituțiile de profil; <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale tehnologiilor de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare în instituțiile medicale de stat sau particulare; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu diferite afecțiuni; - calitatea determinării diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor 						

	<p>programului de recuperare;</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea corectă a evoluției pacientului; - Dobândirea cunoștințelor necesare pentru evaluarea somatoscopică; - Însușirea noțiunilor și realizarea practică a bilanțului articular și muscular; - Evaluarea funcțională 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea pentru atingerea nivelului necesar de pregătire, necesar însușirii deprinderilor și abilităților profesionale în procesul de instruire în instituție și pentru asigurarea activității sociale și profesionale deplină. - particularitățile de evaluare a pacientului în kinetoterapie; - conștientizarea importanței sociale a viitoarei sale profesii; - cunoașterea testelor necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată - abili de a determina testele necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată; - abili să interpreteze rezultatele testelor efectuate și în baza acestora elaboreze obiectivele programului de reabilitare pentru persoanele din categoria indicată; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie; - aspirația spre autodezvoltare, spre sporirea calificării personale; - calitatea elaborării și gestionării proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - tehnologii de asigurare a calității recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei “Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie; - particularitățile de organizare a evaluării pacientului; - să deosebească metodele de evaluare a pacientului în contextul serviciilor de sănătate; - evaluarea efectelor antrenamentului fizic asupra organismului; - metodologia evaluării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare calitativă a metodelor de evaluare în lucrul kinetoterapeutului; - introducerea de noi metode și tehnici de evaluare pentru creșterea satisfacției pacientului; - îmbunătățirea activității de evaluare a pacientului; - formarea deprinderilor de evaluare a pacientului în kinetoterapie. - să aplice tehnologii noi de evaluare în recuperarea și motricitatea specială. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capabili de a determina testele necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată; - Să aplice cunoștințele acumulate în practica de recuperare a pacienților cu diferite afecțiuni. - capabili să interpreteze rezultatele testelor efectuate și în baza acestora elaboreze obiectivele programului de reabilitare pentru persoanele din categoria indicată; - abili să învețe persoanele din categoria indicată cunoștințe speciale, deprinderi, abilități și capacitatea aplicării lor raționale. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Etapele evaluării, examen obiectiv, teste funcționale, teste globale.	14	4	-	10
	2	Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice. Evaluarea analitică și testarea propriu zisă a ADL-urilor	13	2	1	10
	3	Bilanț articular, bilanț muscular: condiții practice de determinare.	15	4	1	10
	4	Bilanțul articular al coloanei vertebrale,	15	4	1	10

		pe segmente. Bilanțul muscular al coloanei vertebrale.				
	5	Bilanț articular, bilanț muscular: condiții practice de determinare.	13	2	1	10
	6	Evaluarea intermediară	11	-	1	10
	7	Bilanțul articular al coloanei vertebrale, pe segmente. Bilanțul muscular al coloanei vertebrale.	15	4	1	10
	8	Bilanțul articular al membrului superior. Bilanțul muscular al membrului superior. Evaluarea prehensiunii	15	4	1	10
	9	Bilanțul articular al membrului inferior. Bilanțul muscular al bazinului și membrului inferior. Testarea mersului.	13	2	1	10
	10	Componentele motorii al echilibrului și testarea lui. Testarea sensibilității. Testarea reflexelor oasteo-tendinoase și patologice.	15	4	1	10
	11	Evaluarea finală	11	-	1	10
		Total	150	30	10	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

finale(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Corman, M., Zavalîșca, A., Pogorlețchi, A. Metode funcționale de evaluare în kinetoterapie. Ghid metodic pentru lucrări practice, Chișinău: 2021. 125 p. ISBN 978-9975-131-95-7. 2. Obrașcu C., Antonescu D., Ovezza A. Corectarea coloanei vertebrale. București: Editura Medicală, 2017. 220 p. ISBN 9789733908241. 3. Sbenche Tudor, Kinesiologie, știința mișcării, Ed. Med., București. 2019. 4. Buldus C. Examinarea pacientului în kinetoterapie. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană, 2020. 110 p. ISBN 9786063708893 5. Sidenco Elena, Coloana vertebrală și membrul inferior, Edit. Fundației Române de Mâine, București, 2003 6. Sidenco Elena, Evaluarea articulară și musculară a membrului superior, Edit. Fundației Române de Mâine, București, 2003 	

Data completării: 01.09.2021

Pascal Oleg



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Kinesiologia medicală					
Titularul cursului		Zavalîșca Aurica					
Ciclul (M - master)	M	Codul cursului	F.01.O.003	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							S
Catedra	Kinetoterapie	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.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	10	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Kinesiologia medicală” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Kinesiologia medicală” este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei strategii bazate pe calitatea serviciilor kinetoterapeutice.</p> <p>Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de master:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitarea medicală care sunt oferite în instituțiile de profil; - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu diferite afecțiuni; - calitatea determinării diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare; - evaluarea corectă a evoluției pacientului; - elaborarea unui program de recuperare și formarea deprinderilor practice de reabilitare a pacienților în contextul calității tratamentului. - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale tehnologiilor de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială; - implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex calitativ, pornind de la faptul că 						

	<p>tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul;</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare în instituțiile medicale de stat sau particulare; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei;
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe privind noțiunile fundamentale minime din domeniul medical, educație fizică și sport, sport adaptat, psiho-pedagogie specială, psihologie normală și patologică și asistență socială. - Programe de kinetoterapie, adresate pacienților/beneficiarilor diferențiate prin (vârstă, gen, patologie, dizabilitățile prezente, ramura de sport practică, nivelul socio-cultural, condițiile materiale etc.), cu caracter profilactic (primar, secundar sau terțiar), curativ sau de recuperare în baza diagnosticului clinic. - Cunoașterea și înțelegerea structurii și a modului de funcționare a organizațiilor care oferă servicii de recuperare. - Utilizarea unor tehnologii non invazive fizio-kinetoterapeutice (aparatură de protezare/ortezare, de fizioterapie). <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - conceperea, realizarea și implementarea unui program kinetoterapeutic în condiții de autonomie și/sau cu asistență calificată. - capacitatea de organizare și de lucru în echipa multidisciplinară de intervenție. - capacitatea de însușire de noi specializări specifice fizio-kinetoterapeutice și capacitatea de comunicare într-o limbă de circulație internațională - particularitățile de organizare a lucrului în kinetoterapie; - înțelegerea efectelor efortului fizic asupra organismului uman; - asigurarea funcționalității sistemului instituțional de management al calității serviciilor de sănătate;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale kinetoterapiei; - implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex, pornind de la faptul că tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - exercitarea rolului de kinetoterapeut în instituțiile medicale. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea abilităților de evaluare a capacității la efort și a performanței căpătate; - formarea deprinderilor de elaborare a unui program kinetic corect de lucru. - să aplice mijloacele și formele de lucru ale kinetoterapiei; - să realizeze diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor; - să realizeze obiective privind recuperarea pacienților cu diverse afecțiuni; responsabilitate în decizii și acțiuni.; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să fie direct implicați în dezvoltarea documentelor aplicabile ale sistemului instituțional de management al calității; - să realizeze calitativ diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor al pacientului; - să colaboreze cu principalii actori implicați în serviciile de sănătate: pacienții, instituțiile medicale, profesioniștii și conducerea instituțiilor de sănătate; - responsabilitate în decizii și acțiuni;
	<p>Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	1	Introducere în Kinesiologie. Terminologia în kinetoterapie. Noțiuni de bază.	14	3	1	10
	2	Componentele de bază ale Kinesiologiei	14	3	-	10
	3	Raportarea kinesiologiei la aspectul științific, disciplinar și profesional.	14	3	1	10
	4	Particularitățile și pinciipiile kinetologiei ca metodă de tratament. Bazele anatomo fiziologice ale mișcării	14	3	1	10
	5	Raportul între kinesiologie și boală. Nivelul de implicare a kinesiologiei în procesul de recuperare.	14	3	1	10
	6	Evaluarea intermediară	6	-	1	5
	7	Raportul între kinesiologie și recuperarea elementelor aparatului locomotor. Nivelul de implicare a kinesiologiei în procesul de recuperare.	14	3	1	10
	8	Implicarea kinetoterapiei în refacerea osului afectat. Fazele regenerării osului și periodizarea efortului fizic.	14	3	1	10
	9	Implicarea kinetoterapiei în refacerea articulației afectate.	13	3	-	10
	10	Implicarea kinetoterapiei în refacerea tendonului, ligamentului și cartilagului. Rolul kinesiologiei în regenerarea acestor elemente.	14	3	1	10
	11	Implicarea kinetoterapiei în refacerea mușchiului și a sistemului nervos afectat. Fazele regenerării nervului și periodizarea efortului fizic.	14	3	1	10
	12	Evaluarea finală	6	-	1	5
		Total		150	30	10
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor masterandului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. S Benghe T., Berteanu M., Simana E. S. Kinetologie. București: Editura Medicală, 2019. 781 p. ISBN 973-39-0864-7 2. Belmant J. A. Soluții cheie pentru terapeuți . Strategii esențiale , idei și instrumente. București: Editura Trei, 2021. 464 p. ISBN 606- 40-1084-1 3. Brooke S. Gimnastica. Pilates. București: Editura ALL, 2021. 189 p. ISBN 978973517742 4. Buldus C. Examinarea pacientului în kinetoterapie. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană, 2020. 110 p. ISBN 9786063708893 5. Engrich E. Kinetoterapia pe înțelesul tuturor. București: Editura Medicală, 2016. 170 p. ISBN 978-973-390-722-0 6. Kavacs A. Kinetoterapia prin joacă. Oradea: Editura Casa, 2020. 112 p. ISBN 9786067871258 	

Data completării: 01.09.2021

Zavalișca Aurica



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Fiziologia vârstelor					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu					
Ciclul (M-master)	L	Codul cursului	F.01.O.004	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	10	-	110	
Nota de prezentare	<p>Fiziologia vârstelor asigură creșterea și dezvoltarea unei generații sănătoase, determină parametrii normă a fiecărei etape de dezvoltare a indivizilor, elaborează metode de corecție a dereglărilor funcționale.</p> <p>Cursul dat are menirea de a „înarma” masteranzii cu cunoștințe despre particularitățile structurale și funcționale, cu particularitățile de creștere și dezvoltare a copiilor, ce stau la baza păstrării și menținerii sănătății și a capacității de muncă pentru realizarea pe deplin a potențialului intelectual a generației în creștere și a acțiunii asupra lor a factorilor mediului înconjurător.</p> <p>La etapa actuală cunoașterea particularităților etative ale organismului în ontogeneză de către pedagogi și psihologi este incontestabilă. Pentru a organiza corect procesul instructiv-educativ este necesar de a cunoaște particularitățile anatomo-fiziologice de creștere și dezvoltare ale copiilor și adolescenților, perioadele de dezvoltare, cărora le este specific o receptivitate sporită față de acțiunea factorilor mediului, precum și perioada unei sensibilități sporite și rezistențe diminuate a organismului.</p> <p>Cunoașterea fiziologiei organismului copilului este necesară pentru organizarea corectă a lecțiilor de cultură fizică și selectarea metodelor eficiente pentru activitatea motorie, pentru formarea deprinderilor motorii, dezvoltarea calităților fizice, pentru organizarea măsurilor profilactice de asanare.</p> <p>Fiziologia etativă are importanță și pentru înțelegerea particularităților psihologice a copiilor. Studiarea funcțiilor creierului la copii de diferită vârstă permite de a estima mecanismele, ce determină specificul funcțiilor psihofiziologice, de a stabili cele mai vulnerabile etape ale dezvoltării, ca răspuns la procesul instructiv-educativ, orientat în direcția dezvoltării recepționării informaționale, atenției,</p>						

	cunoașterii, învățării etc.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">• Competențe profesionale:</p> <p>Scopul fiziologiei vârstelor este: asigurarea unei dezvoltări corecte și armonioase a organismelor tinere; susținerea unei dezvoltări psihologice a organismelor umane; optimizarea antrenamentului sportiv și dirijarea științifică a acestuia; selecția medico-biologică în sport; prevenirea și corectarea unor deficiențe fizice; prevenirea sau tratarea unor boli.</p> <p>Prin prisma Fiziologiei vârstelor se pot atinge nivele înalte de performanță monitorizând unii factori cum ar fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selecția (biotipul constituțional: componentele genetice, somatice, funcționale, bioritmice, neuro-psihice la diverse vârste); • Capacitatea fizică de efort (dezvoltarea conform particularităților de vârstă a vitezei, forței, anduranței, mobilității articulare, elasticității musculare); • Rezistență musculară locală(izotonică, izometrică, izocentrică); • Profilul neuro-psihic(tipul de SNC, inteligența, reactivitatea, rezistența la stres, motivația, profilul neuro-endocrin); • Procesul de antrenament și refacere post efort(calitate – cantitate în dependență de vârstă și sex).
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea proceselor de creștere și dezvoltare a organismului uman ; • Studiarea legităților dezvoltării individuale; • Explicarea ipotezele accelerației; • Descrierea perioadelor senzitive de dezvoltare; • Determinarea obiectivă a criteriilor etative (normele de vârstă); • Evaluarea factorilor exogeni și endogeni, ce determină particularitățile funcționale ale organismului în diferite etape ale ontogenezei; • Studiarea particularităților funcționale a organelor, sistemelor și organismului; • Efectuarea selecției medico-biologice la diverse vârste etc.; • Examinarea stării de sănătate fizică și psihică a copilului; • Cunoașterea metodelor de profilaxie a maladiilor infecțioase. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să stabilească rolul și importanța fiziologiei vârstelor în menținerea și fortificarea sănătății la diferite vârste; • Să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; • Să utilizeze raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului; • Să creeze programe de refacere individuale în dependență de vârstă; • Să eficientizeze antrenamentul sportiv în vederea obținerii succesului de performanță; • Să prognozeze succesele sportivilor; • Să aplice cunoștințele în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul profesional; • Să manifeste receptivitate, cunoaștere și comunicare interpersonală; • Să manifeste capacități de formulare a unor ipoteze și a unor concluzii referitoare la unele situații concrete; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice și a deprinderilor practice în domeniul "Fiziologiei vârstelor", necesare în activitatea profesională a viitorilor specialiști în vederea păstrării și fortificării sănătății persoanelor ce practică exercițiile fizice și sportul. • perfecționarea competențelor de analiză și sinteză a surselor teoretice din domeniu; • cultivarea deprinderilor de prezentare și polemizare în problemele "Fiziologiei vârstelor";

		• cultivarea competențelor de aplicare a cunoștințelor teoretice acumulate la cursul predat în însușirea altor cursuri.				
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Fiziologia vârstelor – parte integră a fiziologiei umane. Istoricul și metode de cercetare ale fiziologiei etative.	6	2		4
	2	Legitățile generale despre creștere și dezvoltare. Fenomenul accelerației și neoteniei. Ipotezele accelerației. Perioadele senzitive.	10	2		6
	3	Prionizarea vârstelor. Noțiuni de vârstă. Clasificarea și caracteristica vârstelor etative.	8	2		6
	4	Particularitățile etative ale sistemului nervos . Dezvoltarea sistemului nervos în ontogeneză. Metode de examinarea stării funcționale a sistemului nervos	10	2		8
	5	Particularitățile etative a activității nervoase superioare. Particularitățile tipologice ale ANS Particularitățile etative a funcțiilor psihologice	12	2	2	8
	6	Particularitățile etative ale aparatului locomotor pasiv. Scheletul și particularitățile de vârstă Factorii ce influențează dezvoltarea aparatului locomotor	8	2		6
	7	Particularitățile etative ale aparatului locomotor activ. Dezvoltarea etativă a sistemului muscular Particularitățile de vârstă a deprinderilor motorii și coordonarea mișcărilor. Dezvoltarea fizică și activitatea motorie.	10	2	2	6
	8	Particularitățile etative ale sistemului sanguin. Particularitățile etative a cantității și compoziției sângelui. Particularitățile etative ale imunității.	8	2		6
	9	Particularitățile etative a sistemului vascular. Cordul și particularitățile de vârstă. Particularitățile de vârstă ale sistemului circulator. Particularitățile de vârstă a reacției sistemului cardiovascular la un efort fizic. Examinarea stării funcționale a sistemului cardiovascular.	14	2	2	10
	10	Particularitățile etative ale sistemului respirator. Dezvoltarea organelor respiratorii în ontogeneză. Igiena aparatului respirator. Bolile aparatului respirator la copii. Cercetarea stării funcționale a sistemului respirator la copii.	12	2	2	8

	11	Particularitățile etative ale organelor sistemului digestiv. Particularitățile etative a funcției rinichiului. Formarea urinei. Reglarea activității renale.	10	2		8
	12	Particularitățile etative ale sistemului urogenital. Dezvoltarea organelor urogenitale în ontogeneză. Particularitățile fiziologice caracteristice vârstei.	10	2		8
	13	Particularitățile etative a organelor de simț. Particularitățile etative ale analizatorului vizual. Particularitățile etative ale analizatorului auditiv. Particularitățile de vârstă a sistemelor senzoriale: vestibular, olfactiv, gustativ, cutanat, kinestezic. Particularitățile prelucrării informației la copiii de diferite vârste	10	2		8
	14	Particularitățile etative ale sistemului endocrin. Sistemul endocrin, noțiuni de hormoni. Funcția endocrină în ontogeneză. Rolul hormonilor în creșterea organismului. Rolul hormonilor în adaptarea organismului la efort.	14	2	2	10
	15	Starea sănătății copiilor și adolescenților. Sănătatea populației – indicele reflectării esenței sociale a societății. Sănătatea fizică și psihică a omului. Rolul factorilor mintali și a emoțiilor în apariția bolii. Factorii ce determină sănătatea.. Clasificarea factorilor de risc.	10	2		8
	Total		150	30	10	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>a) activitatea de curs: Cursul se va desfășura într-o formă clasică de prelegeri, precum și cu prezentarea unor prelegeri asistate de calculator în programul Power-Point. Totodată, activitatea de curs va cuprinde prezentarea unor materiale video și filme documentare etc.</p> <p>b) activitatea de seminar: Pregătirea în prealabil, prin studiu individual al noțiunilor predate în cadrul cursului (masterandul va reda noțiunile predate la curs; obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare)</p> <p>c) Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale: · Prezența la orele teoretice și laborator: potrivit regulamentului în vigoare; · Absențele se pot recupera doar în cursul săptămânii; · Rezolvarea contestațiilor: Reevaluarea subiectului în cadrul unui examen scris sau oral.</p> <p>d) Organizarea activității individuale ale masterandului Cele mai importante activități de lucru individual solicitate de către profesor se referă la: - studierea notelor de curs, completarea și extinderea lor; - studiul cu cartea / manual / monografie/compediu /atlas; - elaborarea referatelor, lucrărilor de analiză și cercetare; - folosirea informațiilor TIC; - rezolvarea de probleme (studii de caz, analize, sinteze...)</p>					

	<p>- realizarea proiectelor individuale / de grup; - pregătirea către evaluările intermediare și finale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cojocari L. Crivoi A. Fiziologia etativă. – Chișinău: CEP USM, 2012. 2. Dudnic E. Erhan E. Dudnic N. Fiziologia vîrstelor și activitatea motrică-Chișinău, PrintCaro, 2019. 3. Hăbășescu I. Igiena copiilor și adolescenților. – Chișinău: CEP Medicina, 2009. 4. Saulea A. Gerontologie. – Chișinău: Epigraf, 2009. 5. Zepca V. Sanalogie. - Chișinău, 2001. 6. Dumitrescu Gheorghe, Antrenamentul sportiv, Oradea, 2011, p.80. 7. Scarlat, E., Scarlat, M., Educație fizică și sport, București, Ed. Didactică și pedagogică, 2002. 8. Dragnea A., Antrenamentul sportiv, Editura Didactică și Pedagogică R.A.,București, 1996. 9. Ifrim M., Antropologie motrică, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1986. 10. Nicu A., Antrenamentul sportiv modern, Editura Editis, București, 1993. 11. Moțoc D., Aspecte de fiziologie a efortului fizic, Ed. Vasile Goldiș University Press, Arad, 2003. 12. Айзман, Р.И. Возрастная физиология и психофизиология: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова. - М.: Инфра-М, 2019. - 256 с. 13. Любимова, З.В. Возрастная физиология. В 2 ч. Ч. 1 / З.В. Любимова. - М.: Владос, 2004. - 304 с 14. Югова, Е.А. Возрастная физиология и психофизиология: Учебник / Е.А. Югова. - М.: Academia, 2016. - 416 с. 	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Tehnologii de asigurare a calității în recuperare și motricitate specială					
Titularul cursului		Zavalîșca Aurica					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.01.O.005	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Tehnologii de asigurare a calității în recuperare și motricitate specială” este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei strategii bazate pe calitatea serviciilor kinetoterapeutice.</p> <p>Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de master:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitarea medicală care sunt oferite în instituțiile de profil; - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale tehnologiilor de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială; - implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex calitativ, pornind de la faptul că tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare în instituțiile medicale de stat sau particulare; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu diferite afecțiuni; - calitatea determinării diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare; - evaluarea corectă a evoluției pacientului; - elaborarea unui program de recuperare și formarea deprinderilor practice de reabilitare a pacienților în contextul calității tratamentului. 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre organizarea activității kinetoterapeutului în instituția medicală. - Calitatea elaborării și gestionării proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii în procesul activității. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. - Asigurarea unui management calitativ al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera reabilitării. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Tehnologii de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială; - particularitățile de organizare a lucrului în kinetoterapie; - înțelegerea efectelor efortului fizic asupra organismului uman; - asigurarea funcționalității sistemului instituțional de management al calității serviciilor de sănătate; - tehnologii de asigurare a calității recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei “Tehnologii de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială”; - particularitățile de organizare a kinetoterapiei ca metodă de tratament; - să deosebească calitatea în contextul serviciilor de sănătate; - efectele antrenamentului fizic asupra organismului; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare calitativă a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - introducerea de noi metode și tehnici pentru creșterea satisfacției pacientului; - îmbunătățirea activității resurselor umane și a performanței organizației medicale; - formarea deprinderilor de elaborarea unui program kinetoterapeutic. - să aplice tehnologii noi în recuperarea și motricitatea specială; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să fie direct implicați în dezvoltarea documentelor aplicabile ale sistemului instituțional de management al calității; - să realizeze calitativ diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor al pacientului; - să colaboreze cu principalii actori implicați în serviciile de sănătate: pacienții, instituțiile medicale, profesioniștii și conducerea instituțiilor de sănătate; - responsabilitate în decizii și acțiuni; 					
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
	1	Managementul calității, ca parte componentă a organizării instituției	14	2	2	10

Tematica și repartizarea orelor la curs / modul		medicale				
	2	Metode de măsurare a caracteristicilor de calitate	14	2	2	10
	3	Elaborarea politicilor și strategiilor privind calitatea asistenței medicale	14	2	2	10
	4	Mijloacele principale de lucru folosite în kinetoterapie.	14	2	2	10
	5	Organizarea calității în cadrul spitalului	14	2	2	10
	6	Evaluarea intermediară	11	-	1	10
	7	Protocolul clinic instituțional.	14	2	2	10
	8	Tehnologii medicale. Inventarierea tehnologiilor medicale.	14	2	2	10
	9	Sistemele de utilități	16	4	2	10
	10	Organizarea condițiilor adecvate pentru realizarea dreptului pacienților la standarde de calitate și siguranță	14	2	2	10
	11	Evaluarea finală	11	-	1	10
		Total		150	20	20
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor masterandului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pilz S, et al. Quality Manager 2.0 in hospitals: A practical guidance for executive managers, medical directors, senior consultants, nurse managers and practicing quality managers. 2013;107 (2):170–178. 2. Shaw Ch. How can hospital performance be measured and monitored? WHO Regional Office for Europe’s Health Evidence Network (HEN) August, 2003. 3. The Joint Commission. Benchmarking in Health Care, 2nd ed. Oak Brook, IL: Joint Commission Resources, 2007. 4. Schilling, L., et al. Kaiser Permanente’s Performance Improvement System, Part 1: From Benchmarking to Executing on Strategic Priorities. Jt Comm J Qual Patient Saf. 2010 Nov; 36(11):484-98. 5. ISO 9001:2008- Sistem de management al calității. Principii fundamentale și cerințe de baza. 6. ISO 9001:2015. Sisteme de management al calității. Cerințe. . 7. Respectarea drepturilor omului în prestarea serviciilor de asistență medicală urgentă prespitalicească din Republica Moldova. Studiu realizat de Oficiul Avocatului Poporului în colaborare cu UN Moldova, 2016. 8. Raportul Avocatului Poporului către Parlamentul Republicii Moldova, 27 martie 2017. 9. Accesul și calitatea serviciilor medicale spitalicești în percepția populației din Republica Moldova. Centru PAS, 2014 	

Data completării: 01.09.2021

Zavalișca Aurica



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Fizioterapia					
Titularul cursului		Agapie Eugeniu					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.01 O.006	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 specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p><i>Fizioterapia</i> ca disciplină de specialitate se studiază în cadrul programului de master <i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>, cod S. 01 O.006 pe un număr de 150 ore, 5 credite.</p> <p>Trecerea de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective, care este elaborat și implementat în sistemul academic din Republica Moldova, la modelul centrat pe competențe, a impus elaborarea acestei fișe la disciplina <i>Fizioterapia</i>. Necesitatea adoptării noului model de proiectare curriculară este determinată atât de nevoia de a realiza actualizarea formatului cât și de unitatea concepției curriculelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>În procesul de modernizare a fișei s-au luat în considerare următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Studierea influenței factorilor fizioterapeutici asupra organismului uman; ▪ Organizarea corectă a folosirii mijloacelor și formelor de lucru în fizioterapie; ▪ Studierea și însușirea metodelor fizioterapeutice; ▪ Însușirea metodelor de petrecere a ședințelor fizioterapeutice. <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul II academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților de cercetare și inovare, cât și inițierea/consolidarea în aplicarea unor discipline practice.</p>						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului fizioterapiei; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice și fizioterapeutice; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul kinetoterapiei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul fizioterapiei, ca parte integrantă a acțiunii reabilitare fizică, socială și profesională; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică fizioterapiei; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice fizioterapiei selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale disciplinei Fizioterapiei; ❖ cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ❖ de a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii reabilitării fizice; ❖ valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din kinetoterapie în fizioterapie, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ❖ de a aplica metodologia specifică fizioterapiei; ❖ abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ❖ abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ❖ capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ❖ abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ❖ posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în fizioterapie.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Introducere. Istoricul fizioterapiei ca specialitate. Aplicabilitate în cadrul patologiei studiate.	12	4	2	10
	2.	Termoterapia ca modalitate fizioterapeutică cu aplicabilitate în cadrul patologiilor de specialitate.	20	2	2	16
	3.	Electroterapia ca modalitate fizioterapeutică cu aplicabilitate în cadrul patologiilor de specialitate.	24	4	4	18
	4.	Evaluare intermediară	5	-	2	4
	5.	Terapia cu ultrasunete	22	2	2	16
	6.	Magnetoterapia	20	2	2	14
	7.	Fototerapia RIR și RUV	22	4	2	14
	8.	Laserterapia	20	2	2	14
	9.	Evaluarea finală	5	-	2	4
	Total			150	20	20
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Sinelg, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <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> </table>	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%	
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pascal O., Moraru A, Agapii E., Ababii A., Cojocari D., Belenciuc A. Protocol clinic național „Reabilitarea medicală a bolnavului cu traumatism vertebro-medular”, PCN-240, proces verbal nr.3 din 24.09.2015. 60 p. https://vdocuments.net/protocol-clinic-national-reabilitarea-medicala-a-bolnavului-cu-.html 2) Mihai D. Curs de medicina fizică și balneologie. Ediție electronică, UMF Victor Babes, Timișoara, 2015. 3) Mârza-Dănilă, D., Popa, C., Masaj și tehnici complementare, Curs, Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău, 2015. 4) Sarev I., Agapii E., Racu S. Modern Approaches in the Physical Rehabilitation of Cervical Spine. In: Bulletin of The Transilvania University of Brasov. Vol 10 (59) No.2 – 2017. Series IX – Sciences of Human Kinetics. P. 173-178. ISSN 2344-2026, ISSN-L 2344-2026. 5) Suciu O. Terapie manuală. Cursul disciplinei, format electronic, 2018. 6) Suciu O. Tehnici și metode speciale de kinetoterapie, Curs format electronic, 2019. 7) Agapii E. Strategii eficiente de recuperare a controlului postural la persoanele cu accident vascular cerebral. Iași:PIM, 2019. 163 p. ISBN 978-606-13-5148-0. 											



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Comunicarea și relaționarea în kinetoterapie					
Titularul cursului		Amelichichin Ecaterina					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F.01.O.002	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F– componenta fundamentală)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	10	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Comunicarea și relaționarea în kinetoterapie” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Comunicarea și relaționarea în kinetoterapie” .</p> <p>Comunicarea în kinetoterapie este un proces și un instrument de interrelaționare a kinetoterapeutului cu pacientul, cu familia acestuia, cu colegii de breaslă, cu societatea în ansamblu, în vederea realizării obiectivelor fundamentale ale activității kinetoterapeutice, care constau în restituirii stării de sănătate a pacientului, creșterii confortului și calității vieții pacientului/familiei acestuia, menținerea și promovarea sănătății publice etc.</p> <p>Comunicarea eficientă este factorul cheie al cooperării mutual avantajoase a kinetoterapeutului și pacientului.</p> <p>Bunele abilități de comunicare reprezintă premiza de bază în constituirea unei relații eficiente cu pacientul. Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de master:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitarea medicală care sunt oferite în instituțiile de profil; <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale comunicării; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de comunicare cu pacientul; - Identificarea și utilizarea elementelor specifice de deontologie și de responsabilitate socială a kinetoterapeutului; - Autoevaluarea nevoii de formare profesională în scopul inserției și a adaptării la cerințele pieței muncii. 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificarea și utilizarea limbajului, metodologiilor și cunoștințelor de specialitate din domeniul kinetoterapiei - conștientizarea importanței sociale a viitoarei sale profesii; - cunoașterea testelor necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată - abili de a determina testele necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată; - abili să interpreteze rezultatele testelor efectuate și în baza acestora elaboreze obiectivele programului de reabilitare pentru persoanele din categoria indicată; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Comunicarea și relaționarea în kinetoterapie; - aspirația spre autodezvoltare, spre sporirea calificării personale; - calitatea elaborării și gestionării proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asigurarea competențelor studentului de cunoaștere a termenilor specifici comunicării cu pacientul; - Asigurarea competențelor studentului de a identifica categoriile de public și stabilirea mesajului optim pentru fiecare dintre acestea; - Asigurarea competențelor studentului de a respecta deontologia specifică domeniului de comunicare profesionistă. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asimilarea conceptelor fundamentale în domeniul comunicării pentru a le putea identifica în noile conținuturi abordate; - Descrierea fenomenelor psihologice utilizând adecvat conceptele și teoriile din domeniul comunicării; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Construirea unei relații de comunicare adaptată la caracteristicile psihologice și la nevoile beneficiarului, în raport cu repertoriul conceptual însușit; - Realizarea unui studiu de caz centrat pe identificarea modalităților de menținere a igienei psihice în contactul cu categoriile speciale de subiecți (cu nevoi speciale) 					
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în comunicare	14	4	-	10
	2	Comunicarea intrapersonală și interpersonală	13	2	1	10
	3	Abilități de comunicare aplicate în kinetoterapie	15	4	1	10
	4	Bariere de comunicare în procesul terapeutic	15	4	1	10
	5	Comunicarea din perspectiva psihoterapiilor	13	2	1	10
	6	Statutul și rolul Kinetoterapeutului în societate	11	-	1	10
	7	Gestionarea conflictelor	15	4	1	10
	8	Comunicarea asertivă, pasivă și agresivă	15	4	1	10
	9	Comunicarea verbală și non-verbală	13	2	1	10
	10	Empatie și comunicare prin emoții	15	4	1	10
	11	Evaluarea finală	11	-	1	10

	Total	150	30	10	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Abric, J. C. (2002). Psihologia comunicării. Teorii și metode, Editura Polirom, Iași; 2. Cuilenberg, J.J.; Scholten, O. (1998). Știința comunicării, Editura Humanitas, București; 3. Pânișoară, I.O. (2003). Comunicarea eficientă. Metode de interacțiune educațională, Editura Polirom, Iași; 4. Popescu, D. (1998). Arta de a comunica, Editura economică, București; 				



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Incluziunea persoanelor cu dizabilități					
Titularul cursului		Racu Serghei					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	F.02 O.008	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	Kinetoterapie	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.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	10	-	110	
Nota de prezentare	<p><i>Incluziunea persoanelor cu dizabilități</i> ca disciplină de specialitate este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul reabilitării, în cadrul facultății Kinetoterapie, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa modulului este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul incluziunii persoanelor cu dizabilități. • Familiarizarea studenților cu noțiunea de reabilitare, dizabilitate, handicap, dizabilitate multiplă, cecitate, hipoacuzie, PCI. • Evidențierea efectelor specifice ale reabilitării asupra dezvoltării propriilor capacități a persoanelor cu dizabilități. • Utilizarea tuturor mijloacelor de reducere a impactului condițiilor dizabilitante și oferirea posibilității incluziunii persoanelor cu dizabilități. • Studentul va fi capabil să comunice coerent cunoștințele de bază dobândite. • Prezentarea unui program de incluziune de către studenți. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în fișă vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții ciclului II USFFS vor studia</p>						

	<p>modulul dat în an I, sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Modernizarea Fișei la modulul <i>Incluziunea persoanelor cu dizabilități</i> este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului incluziunii; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice și dizabilității, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul kinetoterapiei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul kinetoterapiei, ca parte integrantă a acțiunii incluziune socială și profesională; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică incluziunii persoanelor cu dizabilități; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice kinetoterapiei selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicarea interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Incluziunea persoanelor cu dizabilități; ▪ să explice și să interpreteze diverse tipuri de abordări, concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului incluziunii. ▪ să caracterizeze teoriile interpretative a modelelor de abordare a dizabilității; ▪ să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii incluziunii. ▪ să valorifice sistematic, selectiv adecvat cele mai noi informații din incluziunea persoanelor cu dizabilități, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să proiecteze conținuturile instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ▪ să aplice metodologia specifică incluziunii persoanelor cu dizabilități; ▪ să îmbine abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ să aplice metodele și mijloacele de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dea dovadă de o capacitate creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să dispună de capacitatea de a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ să utilizeze cele mai adecvate principii și metode specifice domeniului incluziunii în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ▪ să posede un nivel productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în incluziunea persoanelor cu dizabilități. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Noțiuni introductive în problematica incluziunii persoanelor cu dizabilități. Repere principale în recuperarea și incluziunea persoanelor cu dizabilități	26	4	2	20
	2.	Cadrul conceptual și terminologia dizabilității. Tipuri de dizabilități. Clasificare. Etiologie.	26	4	2	20
	3.	Trăsături generale specifice profilului psihologic al persoanelor cu dizabilități.	16	4	2	10
	4.	Linii generale ale organizării procesului instructiv-educativ-recuperativ pentru persoanele cu dizabilități.	16	4	2	10
	5.	Particularități diferențiatore în abordarea terapeutică a persoanelor cu dizabilități. Direcții clasice versus abordări alternative.	14	4	-	10
	6.	Drepturile persoanelor cu dizabilități din Republica Moldova	14	4	-	10
	7.	Principalii indicatori statistici asupra persoanelor cu dizabilități	14	4	-	10
	8.	Personalitatea kinetoterapeutului – factor de succes în incluziunea persoanelor cu dizabilități	24	2	2	20
Total			150	30	10	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Sinelg, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale,</i></p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Văgotski L. S. Opere psihologice alese, vol. V, Bazele defectologiei, Moscova: Editura ASP, 1983. Verza E. Psihopedagogie specială. Manual pentru cl. a XIII-a, București: Ed. Didactică și pedagogică, 1996. 135 p. ISBN 973-30-4141-6. Moșet D. Enciclopedia de Kinetoterapie, vol.II, București: Editura „Semne”, 2010. 748 p. ISBN 973-624-880-1. Racu S., Cebotaru N. Social Inclusion of People with Dissabilities Through Sports Activities, 2018 – 4th International Conference of the Universitaria Consortium "IMPACT OF SPORTS SCIENCE AND PHYSICAL EDUCATION IN CONTEMPORARY SOCIETY", Iași, Romania. ISBN 978-88-87729-54-2. Racu S., Racu A., Popovici D.V., Popa-Velea O., Tudorache L.A., Diaconescu L.V. Incluziunea socială în mediul academic: provocări, oportunități, soluții contemporane: suport didactic, Chișinău: Pontos, 2019. 132p. ISBN 978-9975-72-412-8. Cebotaru N., Racu S., Communication development in children with special educational needs through game at physical education lessons, 2019, Eurasian Journal of Sport Sciences and Education (EJSSE), Turcia. https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejsse Cebotaru N. Formarea competențelor de comunicare la elevi cu retard mintal prin activități de educație fizică, teza de doctor în șt. ale ed., Chișinău, 2021. 220 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Racu Serghei



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Motricitate specială și recuperare					
Denumirea cursului		Sportul ca mijloc al kinetoterapiei					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr. conf. univ.					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S 02 O. 10	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	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.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Sportul ca mijloc al kinetoterapiei” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a demonstra capacități intelectuale, fizice profesionale pentru orientarea în cadrul activităților profesionale desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului în sistemul de kinetoterapie prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul profesional prin implicarea acestuia în activități motrice ce presupun cunoașterea diferitor mijloace din diferite sporturi de lupte; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ masteranzii USFFS vor studia disciplina</p>						

	<p>dată în an I, sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Completarea profilului viitorului specialist, prin îmbogățirea cunoștințelor teoretico-metodice și a deprinderilor practice cu mijloace specifice din activități sportive. • Aplicarea fundamentelor teoretico-practice în organizarea activităților motrice în cadrul procesului de profilaxie, recuperare; • Elaborarea și gestionarea programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare în procesului de profilaxie, recuperare prin mijloace din diferite activități sportive; • Utilizarea metodologiilor de dezvoltareamotricității prin aplicarea mijloacelor din sport pentru copii cu nevoi speciale. • Aplicarea diferitor mijloace din arte marțiale pentru dezvoltarea armonioasă a organismului și menținerea sănătății. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activității motrice profesionale în corespundere cu scopul și obiectivele înaintate; • Aplicarea mijloacelor din activități sportive în corespundere cu specificul probei; • Formarea capacităților de a utiliza mijloace specifice sporturilor de lupte în procesul de recrearea organismului. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei Sportul ca mijloc al kinetoterapiei; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; • De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii aplicând mijloacele fizice speciale; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul sportului și modele, mijloacele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; • De a aplica metodologia specifică sportului ca mijloc al kinetoterapiei; • Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de recuperare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; • Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice la diferit contingent; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice din sport în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de profilaxie, recuperare; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	1	- Introducere în disciplina „Sportul ca	Total	Curs	Seminare	LI
			12	2		10

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		mijloc al kinetoterapiei”. - Igiena și profilaxia traumatismului în activitatea sportivă. - Metodologia activității motrice în artele marțiale și diferite sporturi de contact.				
	2	1. - Factori principali în mecanismul de formare și realizare a necesităților de activitate motrică. - Clasificarea sistemelor de sănătate din est și impactul lor asupra corpului uman.	12	2		10
	3	- Terapia prin artele marțiale. - Beneficiile activităților sportive în viața copiilor cu autism.	12	2		10
	4	- Avantajele gimnasticii orientale în comparație cu sporturile de contact europene. - Particularitățile conținutului lecțiilor prin mijloacele gimnasticii chineze Ushu și influența acesteia asupra corpului uman.	12	2		10
	5	- Caracteristica și direcțiile de bază a activității motrice în Ushu. - Compartimentele de bază în Ushu.	12	2		10
	6	- Învățarea metodicii și complexelor de exerciții speciale din sistemul de Ushu. - Metodica de respirație ca un factor important în oxigenarea a sângelui.	16	2	4	10
	7	- Particularitățile dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor specifice Ushu. -Metodica învățării deplasărilor, asigurărilor în timpul căderii.	16	2	4	10
	8	-Analiza istorico-genetică și generalizarea teoretică a sistemelor educației fizice asiatice de întremare a sănătății prin Țigun. - Dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor și complexelor de exerciții din sistemul Țigun.	16	2	4	10
	9	- Metodica de respirație în Țigun și influența ei asupra organismul omului. - Influența metodicii de respirație în diferite situații de stres.	16	2	4	10
	10	- Studiu asupra organizării activităților de întremare prin mijloacele diferitor tipuri de sporturi de contact. - Dezvoltarea calităților motrice prin aplicarea mijloacelor și complexelor de exerciții din sistemul de Tae-bo.	14	2	2	10
	11	- Dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor și complexelor de exerciții din sistemul Freestyl. - Metodica învățării deplasărilor, asigurărilor în timpul căderii.	12		2	10
	Total			150	20	20

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminare/lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub <i>două</i> forme petrecute în cadrul orelor de curs, seminare, teoretice și lucrări individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>teste practice</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile motrice ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor masterndului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Bell, A., Palace, K., Allen, M., Nelson, R. (2016), Using martial arts to address social and behavioral functioning in children and adolescents with Autism Spectrum Disorder. <i>Ther Recreation J.</i> 50: p. 176-180.</p> <p>2. Caracteristici ale sferei motorii și ale abilităților psihomotorii ale copiilor cu autism. (2008), <i>Autism și tulburări de dezvoltare</i>. Vol. 6, nr. 3.</p> <p>3. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. <i>Lupte libere greco-romane: Curs de bază/ Ilie Chirtoacă, Alexei Postolachi, Alexandr Chirtoacă. Chișinău, 2016. 161 c. (ISBN 978-9975-68-027-1)</i></p> <p>4. Ciorbă Gh., Genunchi C., Polevaia-Secăreanu A. <i>Semnificația mijloacelor și tehnicilor tai chichuan privind tratarea durerilor de spate. În: Problemele</i></p>	

actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 172-180. (ISBN 978-9975-4452-8-3)

5. Manolachi V.G. Sporturi de luptă – teorie și metodică. INEFS. Chișinău: F.E.P., 2003. 400 p.

6. Marcu, V. și colab. Activități fizice adaptate, Editura Universitaria, Craiova, 2007.

7. Matveev, L.P., Novikov, A.D. Teoria și metodică educației fizice, Editura Sport-Turism, București, 1980.

8. Miller, S. Psihologia jocului. СПб. 1999.

9. Rabovol O., Tripac C., Polevaia-Secăreanu A. Tratatamentul afecțiunilor respiratorii prin intermediul artelor marțiale chinezești. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 193-201. (ISBN 978-9975-4452-8-3)

10. Karabanova, O.A. Jocul în dezvoltarea psihică a copiilor. Moscova. 1997.

11. Keanu, L. Tomey. (2017), Effects of a Modified Judo Program on Psychosocial Factors in Typically Developing and Children with Autism Spectrum Disorder: a Mixed-Methods Study. University of Central Florida.

12. Janice, L. (1984), Gregory-Flock; Elizabeth J. Yerxa Copyright © 1984 by the American Occupational Therapy Association, Inc. The American Journal of Occupational Therapy, Vol. 38(3), 187-194.

13. Jones, W.E. (1995), The American Association of University Affiliated Programs. Developmental Disabilities Research Reviews, vol. 1, no.4, p 11.

14. Kanner, L. (1943), Autistic disturbances of affective contact. Nervous Child.: 2: 217-250.

15. Karabanova, O.A., (1997). Jocul în dezvoltarea psihică a copiilor. Moscova.

16. Keanu, L. Tomey. (2017), Effects of a Modified Judo Program on Psychosocial Factors in Typically Developing and Children with Autism Spectrum Disorder: a Mixed-Methods Study. University of Central Florida.

17. Афтимичук О.Е., Мруз И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова. Монография: Кишинев: Б.и. 2013 (Типogr., Valinex SRL). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)

18. Абаев, Н.В. Лечебная гимнастика у-шу: Комплекс из 18-ти упражнений. 1990. 52 с.

19. Гагонин, С.Г. Развитие теории и практики физической культуры путем обобщения опыта боевых искусств востока: Дис. ... д-р пед. наук: 13.00.04: СПб., 1998. 432 с.

20. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с.

21. Лейкин, С.Ф. Особенности психологической подготовки в циньна и шуайцзяо. В: Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: Матер. конф. СПб, 1996, с. 52-55.

22. Панченко, Г.К. (ред.) История боевых искусств. Колыбель цивилизаций. М.: Олимп; ООО „Изд. АСТ”, 1996. 480 с.

23. Полевая-Секэрянэ А.Г., Афтимичук О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chişinău.: "Valinex" SA, 2015. 174 p. (ISBN 978-9975-68-270-1)
24. Полевая-Секэрянэ А. Сравнительная характеристика занятости населения различными видами единоборств в Молдове и Германии. В: Материалах IV Международной научно-практической конференции молодых ученых: Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма. Минск, БГУФК 21 апреля 2011.с.130-133 (ISBN 978-985-6953-69-2)
25. Полевая-Секэрянэ А. Женские силовые виды спорта и единоборства: за и против. În: Sporirea prestigiului și a rolului femeii în sport: seminar metodic-științific regional. Chişinău, Editura USEFS, 2009, p.83-87.
26. Стулова, Э.С. Даосская практика достижения бессмертия. Из истории традиционной китайской деологии. В: Сборнике статей. М.: Наука, 1984, с. 230-270.
27. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова: Стратегическоенаправление: Восстановление человеческого, природного ресурса, информации обустойчивом развитии: / Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Монография: Высший Совет по Науке и Технологии Развития Акад. Наук Молдовы. Кишинев: 2013 (Tipogr.,Valinex SRL"). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)
28. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. I / Препедевтика. Москва: Советскийспорт, 1997. 280 с.
29. Туманян Г.С. Спортивнаяборьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. II / Кинезиология и психология. Москва: Советскийспорт, 1998. 280 с.
30. Шулика Ю.А. и др. Дзюдо. Система и борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных фак-товпед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика [и др]. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 800 с.

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu
Angela,
dr., conf. univ. maestru
internațional al sportului



FIȘA CURSULUI / MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapia în recuperarea motrică și somato funcțională</i>					
Denumirea cursului		Bazele teoretice și practice în nursing					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul II <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.02.O.010	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 specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare		<p>Disciplina de studii „ Bazele teoretice și practice în nursing ” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Nursingul este o parte integrantă a sistemului de îngrijire a sănătății cuprinzând promovarea sănătății, prevenirea bolii, îngrijirea persoanelor bolnave (fizic, mental, psihic, handicapați) de toate vârstele, în toate unitățile sanitare, așezările comunitare și în toate formele de asistență socială.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului kinetoterapeutic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a utiliza elementele de kinetoterapie desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodelor și mijloacelor kinetoterapiei; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare,</p>					

	<p>menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ masteranzii USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea programelor de nursing in cadrul sesiunii de kinetoterapie pentru pacienții de diferită varsta și stare a sanatatii; • Conștientizarea importanței practicării programelor de nursing în viața profesională și cea cotidiană; • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succeselor în activitatea profesională după nevoile pacientului; • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul nursingului și aplicarea metodelor specifice recuperării care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională; • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de initiativa; gindire critica si strategica; competenta de lucru in echipa; competente de invatare; creativitate. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competenta de comunicare utilizind o limba straina; competenta de operare cu tehnologia informatica; intelegerea pentru culturile si obiceiurile altor popoare.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Practicarea unor îngrijiri de calitate presupune multe cunoștințe și elemente de competență: ▪ Cunoașterea unui model conceptual de îngrijire (de nursing); ▪ Să cunoască structurile anatomice implicate in mecanismul mișcării; biomecanica si biodinamica organismului uman; elementele de fiziologie si fiziopatologie a durerii; particularitatilor mecanismului durerii musculo-scheletale. ▪ Cunoașterea aplicării programelor de nursing ca metodă de recuperare in kinetoterapie la pacienții cu diferite afectiuni. ▪ Să cunoască scopul profesiei; țelul activității sale:rolul său; dificultăți întâlnite la pacienții de care se ocupă; natura intervenției acordată pacientului (de: înlocuire, suplinire, ajutorare). <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să știe să asculte; ▪ să fie capabili să înțeleagă propunerile făcute; ▪ să știe să utilizeze informațiile specifice domeniului Nursing; ▪ să știe să alcătuiască un plan de îngrijiri; ▪ să învețe să muncească cu alte modele sociale diferit de cel ce îngrijește și cel îngrijit. ▪ de a ajuta pacientul să-și conserve și să-și restabilească independența sa în funcție de nevoile afectate.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> capacitatea asistenței de a stabili relații cu pacienții, de a crea un climat propice unor relații calde de umanitate, de a colabora cu anturajul pacientului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Nursing, definiții, modele conceptuale	12	2	2	8
	2	Nursing. Nevoile fundamentale	14	2	2	10
	3	Atribuțiile asistentului medical care lucrează în secțiile cu paturi	16	2	2	12
	4	Nursingul în contextul strategiei OMS “Sănătate 21”	12	2	2	8
	5	Comunicarea, culegerea datelor și aprecierea lor	16	2	2	12
	6	Planificarea, executarea, evaluarea îngrijirilor	14	2	2	10
	7	Curățenia și dezinfecția în unitățile sanitare Evaluarea intermediara I	14	2	2	10
	8	Nursingul-Integrare în kinetoterapie	14	2	2	10
	9	Procesul de îngrijire	18	2	2	14
	10	Nevoile fundamentale	20	2	2	16
	Total	150	20	20	110	
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare,</p>					

	<p>integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, prezentate prin studii de caz cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Godorozea M., Agapii E. Pogorlețchi A., Roșca V., Masajul terapeutic., USEFS, Chișinău, 2018, 120 p. 2. Titircă L. Ghid de nursing cu tehnici de evaluare și îngrijire corespunzătoare nevoilor fundamentale. Editura Viața Medicală Românească, București, 317 p. 3. Titircă L. Manual de îngrijiri speciale acordate pacienților de asistenții medicali, Editura Viața Medicală Românească, București. 4. Titircă L. Nursing-Tehnici de evaluare și îngrijiri acordate de asistenții medicali, Editura Viața Medicală Românească, București, 2009 5. Vacariu Violeta. Ghid de nursing, Editura Victor Babeș, Timișoara, 2012, 129 p. 6. Mozes C., Tehnica îngrijirii bolnavului. Ediția VII-a, Editura Medicală, București, 2009 7. Smit S.F., Duell D.J., Martin B.C., Clinical Nursing Skills, 6-th ed, Pearson Prentice hall, New Jersey, 2004. 	

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Logopedia					
Titularul cursului		Racu Serghei					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.02 A.012	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Română/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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare		<p>Obiectul <i>Logopedie</i> este constituit din partea teoretică expusă în 20 ore – prelegeri, 20 ore – lucrări practice. Modernizarea fișei la modulul Logopedie reprezintă o încercare de a soluționa problemele de o importanță majoră pentru instruirea kinetoterapeuților, a masteranzilor care își fac studiile la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, deoarece, este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani. Această fișă presupune elaborarea materialului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de masteranzi prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al masterandului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Logopedia este o disciplină teoretică izvorâtă din necesitatea de a elucida complexe probleme ale limbajului, ce are rol deosebit de important în viața psihică și în structurarea personalității fiecărui individ, iar pe de altă parte, este o disciplină cu un pronunțat caracter practic rezultat din necesitățile imediate ale comunicării interumane, al necesității de educare a limbajului, al înțelegerii și al stabilirii relațiilor specifice umane. Constituirea ei a fost posibilă ca urmare a progreselor realizate în primul rând în domeniul științelor psihologice și pedagogice, dar și în cel al medicinei, fiziologiei, lingvisticii etc. În cercetarea problemelor limbajului și a tulburărilor sale există multe zone de intersecție între logopedie și aceste științe, fără a se confunda cu ele.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții ciclului II USFFS vor studia</p>					

	<p>modulul dat în an I, sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului logopediei; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților logopedice și dizabilității, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul logopediei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul kinetoterapiei, ca parte integrantă a acțiunii logopediei; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică logopediei; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice logopediei selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Logopedia; ▪ să explice și să interpreteze diverse tipuri de abordări, concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului logopediei. ▪ să caracterizeze teoriile interpretative a modelelor de abordare a dizabilității; ▪ să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii logopediei. ▪ să valorifice sistematic, selectiv adecvat cele mai noi informații din logopedie, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să proiecteze conținuturile instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ▪ să aplice metodologia specifică logopediei; ▪ să îmbine abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de recuperare a limbajului prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ să aplice metodele și mijloacele de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dea dovadă de o capacitate creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția tulburărilor de limbaj; ▪ să dispună de capacitatea de a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice, verbale și motrice a individului;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să utilizeze cele mai adecvate principii și metode specifice domeniului logopediei în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ▪ să posede un nivel productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului logopedic în kinetoterapie. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	9.	Logopedia-știință interdisciplinară.	24	2	2	20
	10.	Examinarea complexă în logopedie.	14	2	2	10
	11.	Elemente de anatomie și fiziologie a limbajului.	14	2	2	10
	12.	Cauze și clasificări ale tulburărilor de limbaj.	14	2	2	10
	13.	Normal și patologic în evoluția limbajului la copil.	14	2	2	10
	14.	Tulburările de pronunție.	14	2	2	10
	15.	Tulburările de ritm și fluentă a vorbirii.	14	2	2	10
	16.	Tulburările limbajului scris-citit.	14	2	2	10
	17.	Tulburările polimorfe ale limbajului.	14	2	2	10
	18.	Tulburările de voce.	14	2	2	10
Total			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Cubul, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>					

	<p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera 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	<p>15.Vâgotski L. S. Opere psihologice alese, vol. V, Bazele defectologiei, Moscova: Editura ASP, 1983.</p> <p>16.Bodea Hațegan, C. Logopedia. Terapia tulburărilor de limbaj. Structuri deschise. București: Editura Trei, 2016. 634 p. ISBN: 978-606-719-722-8.</p> <p>17.Negură, I. Psihologia limbajului - Note de curs. Chișinău: UPS "Ion Creangă" din Chișinău, 2016. 23 p.</p> <p>18.Avram, E., Dumitrașcu, N. Evaluarea funcționării neuropsihologice. În: Evaluarea psihologică – Manualul psihologului clinician. Iași: Editura Polirom, 2017. p. 466-467 ISBN: 978-973-46-7005-5.</p> <p>19.Racu S., Cebotaru N. Social Inclusion of People with Dissabilities Through Sports Activities, 2018 – 4th International Conference of the Universitaria Consortium "IMPACT OF SPORTS SCIENCE AND PHYSICAL EDUCATION IN CONTEMPORARY SOCIETY", Iași, Romania. ISBN 978-88-87729-54-2.</p> <p>20.Cebotaru N., Racu S., Communication development in children with special educational needs through game at physical education lessons, 2019, Eurasian Journal of Sport Sciences and Education (EJSSE), https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejsse, Turcia.</p> <p>21.POPOVICI, D. V. et al. Strategii de comunicare augmentativă și alternativă pentru copiii nonverbali. București: Editura Universității din București, 2016. p. 26-27 ISBN: 606-16-0675-7.</p> <p>22.Cebotaru, N., Racu S., Inclusive school environment and mechanisms for the emergence of segregation barriers in school, 2020, SPORT AND SOCIETY Interdisciplinary Journal of Physical Education and Sports, Volumul 20, nr.1, Iași, România. https://www.sportsisocietate.ro/articol/492</p> <p>23.Cebotaru N. Formarea competențelor de comunicare la elevi cu retard mintal prin activități de educație fizică, teza de doctor în șt. ale ed., Chișinău, 2021. 220 p.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Racu Serghei



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somatofuncțională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în sechele post-chirurgicale					
Titularul cursului		Racu Sergiu					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.02.A.011	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	11 0	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Kinetoterapia în sechele post-chirurgicale” urmărește formarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practice de specializare pentru studenții ce-și fac studiile la facultatea de kinetoterapie. După o intervenție chirurgicală timpul de recuperare depinde foarte mult de afecțiunea suferită și de complexitatea operației. În situația unei intervenții mai ample, în care timpul de recuperare este mai lung, noi putem scurta acest interval respectând sfaturile medicilor și luând câteva măsuri pentru întărirea organismului. În cazul unor persoane poate fi necesar repausul la pat timp de mai multe zile, în cazul altora, la scurt timp după intervenție se recomandă ridicarea din pat și exercițiile de fizioterapie în vederea punerii în mișcare a musculaturii și a articulațiilor și tonizarea generală a organismului. Procesul de recuperare se concentrează în principal experiența în acest domeniu din alte state și recomandările referitoare la studiul recuperării a pacienților post-operatorii.</p> <p>Cunoașterea elementelor de fiziologie normală și patologică a sistemelor: locomotor, cardiovascular, pulmonar și digestiv etc. Cunoașterea noțiunilor de bază ale kinetoterapiei în patologia boli interne, neurologice, ortopedice, urogenitale etc. Cunoașterea metodelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei utilizate în situații pre- și post-operatorii. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect în comunicarea cu personalul medical și pacienții.</p> <p>Obiectivul general al programului de studii constă în formarea specialiștilor, abilitați cu capacități și competențe pe direcția ameliorării somato-funcționale și motrice a organismului uman, prin intermediul unor intervenții specifice, de natură kinetoterapeutică. La finele programului de studiu studenții vor avea capacitatea de a descrie, explica și demonstra elementele folosite în domeniul kinetoterapiei în recuperarea pacientului după intervenții chirurgicale.</p>						
Competențe	Competențe profesionale - Utilizarea noțiunilor, teoriilor și conceptelor fundamentale din domeniul kinetoterapiei						

dezvoltate în cadrul cursului /modulului	<p>în activitatea și comunicarea profesională;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice; - Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. - Cunoașterea și implicarea interdisciplinară în refacerea și recuperarea pacienților cu diverse afecțiuni ce necesită tratament chirurgical. - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. - Organizarea de activități de kinetoterapie pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată. 					
Finalități și performanțe la curs /modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască, înțeleagă și să utilizeze conceptele și noțiunile proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; - să valorifice sistematic, selectiv și adecvat a celor mai noi informații din Kinetoterapia în intervenția pre- și post-chirurgicală, teoriilor și modelor de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. - să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii reabilitării fizice a pacientului după intervenție chirurgicală. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de înțelegere a indicațiilor medicale în programul de recuperare pacientului în etapa pre- și post-operatorie; - abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate a pacienților ținând cont de particularitățile de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivele propuse; - abilitatea de rezolvare a problemelor /situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în recuperarea afecțiunilor cardio-respiratorii și bolilor interne. - capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; - capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității de toleranță la efort a individului; - abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare a pacientului după intervenții chirurgicale; 					
	N /o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
	1	Intervenția chirurgicală generalități:	Total 14	Curs 2	Seminar 2	LI 10

Tematica și repartizarea orelor la curs / modul		indicații, contraindicații, complicații.				
	2	Metode de evaluare funcțională a pacientului după intervenție chirurgicală	14	2	2	10
	3	Kinetoterapia în patologia chirurgicală pediatrică (malformații congenitale)	18	4	2	12
	4	Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu patologii ale mâinii (traumatisme osteoarticulare și țesuturilor moi)	14	2	2	10
	5	Kinetoterapia în patologia chirurgicală a toracelui (post traumatice)	14	2	2	10
	6	Evaluarea intermediară	14	-	2	12
	7	Kinetoterapia în recuperarea cu patologii la nivelul membrului inferior (traumatisme osteoarticulare și a țesuturilor moi)	16	2	2	10
	8	Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu patologii vasculare periferice	16	2	2	12
	9	Kinetoterapia în patologia chirurgicală ortopedică	16	2	2	12
	10	Recuperarea pacientului cu patologie neurochirurgicală Evaluarea finală	16	2	2	12
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului /modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul /lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare / lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Angelescu N. (2003) Tratat de patologie chirurgicală. Editura medicală, București 2. Engrich E. Kinetoterapia pe înțelesul tuturor. Ediția a II –a Recuperarea în afecțiuni reumatice, posttraumatice, neurologice și cardiovasculare. Recuperarea după operația de cancer la sân: drenaj limfatic, kinetoterapie. Editura medicală, 2016, 171 pag 3. Gherasim, L Medicina Interna. Vol. I, II, Editura Medicala. Bucuresti.Sbenghe, T., Kinesiologie - știința mișcării, Ed. Medicală, București, 2002. 2)Diaconu, G., Patologie pediatrică, Ed. „Spiru Haret”, Iași, 2003. 4. Jianu, M. Noțiuni practice de ortopedie pediatrică de la nou născut la adolescent, Ediția a III-a, Pro Editură și Tipografie /București. 2014. 5. Mârza-Dănilă, D., Popa, C., Masaj și tehnici complementare, Curs, Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău, 2015 5. Lozinca, Isabela Elemente de patologie a aparatului respirator si recuperarea prin kinetoterapie. Editura Universității din Oradea 2005. 7. Sbenghe T., Berteanu M., Savulescu S. E., Kinetologie. Editura medicală. București, 2019, 781pag. 8. Rocsana Bucea-Manea-Tonis, Radu Bucea-Manea-Tonis Management și marketing aplicate în kinetoterapie. Editura: A.G.I.R. 308pag 	

Data completării: 01.09.2021

Racu Sergiu



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapia în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Terapia durerii în kinetoterapie					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul II <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.02.A.013	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 specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Terapia durerii” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului kinetoterapeutic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a utiliza elementele de kinetoterapie desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodelor și mijloacelor kinetoterapiei; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și</p>						

	<p>dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 110 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>					
	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodelor și mijloacelor terapiei durerii în cadrul ședinței de kinetoterapie pentru pacienții de diferită vârstă și stare a sănătății; • Conștientizarea importanței practicării metodelor și tehnicilor terapiei durerii în viața profesională și cea cotidiană; • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succeselor în activitatea profesională; • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul terapiei durerii care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională; • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competența de lucru în echipă; competențe de învățare; creativitate. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de comunicare utilizând o limbă străină; competența de operare cu tehnologia informatică; înțelegerea pentru culturile și obiceiurile altor popoare. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască structurile anatomice implicate în mecanismul durerii; elementelor structurale ale pielii și funcțiilor receptorilor; elementelor de neuroanatomie ale durerii; elementelor de fiziologie și fiziopatologie a durerii; particularităților mecanismului durerii musculo-scheletale. ▪ Cunoașterea evaluării pacientului cu algie, anamnezii evaluării clinice obiective; abordării kinetoterapeutice a durerii prin tehnici kinetoterapeutice antalgice; ▪ Să cunoască abordări kinetoterapeutice a durerii prin masajul miofascial profund și masajul transversal profund-Cyriax. ▪ Să cunoască tehnicile de facilitare neuroproprioceptivă (FNP); ▪ Să cunoască tehnici de “Relaxare-Opunere” (RO) (ține-relaxează; (hold-relax); tehnicile miotensive specifice pentru terapia durerii; relaxarea postizometrică, inhibiția reciprocă indicată, contraindicații mușchii recomandați. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să elucideze suportul anatomic al durerii: segmentul de recepție, de conducere și de percepție. ▪ Efectuarea probelor de evaluare a dereglării vascularizării și inervației pielii; și evaluarea morfologică macroscopică a sistemului limfatic. ▪ Analiza aspectelor durerii acute, cronice, experimentale, sindromului cronic dureros, durerii funcționale (somatizarea durerii). ▪ Să aplice metodele evaluării durerii și evaluării clinice complexe al pacientului algic. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să argumenteze necesitatea aplicării preventive a terapiei durerii pentru profilaxia complicațiilor cronice; 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	1	Structuri anatomice implicate în mecanismele durerii musculo-	Total	Curs	Seminar	LI
	1		12	2	2	8

Tematica și repartizarea orelor a cursului/modul		scheletale.				
	2	Pielea și elementele ei structurale.	14	2	2	10
	3	Receptorii cutanati, structura, funcțiile.	16	2	2	12
	4	Elemente de neuroanatomie a durerii.	12	2	2	8
	5	Elemente de fiziologie și patofiziologie a durerii.	16	2	2	12
	6	Particularități ale mecanismului durerii musculo-scheletale.	14	2	2	10
	7	Introducere în evaluarea pacienților cu algii. Evaluarea intermediară I	14	2	2	10
	8	Abordarea kinetoterapeutică a durerii: tehnici kinetoterapeutice de bază, kinetoterapie pasivă, mobilizarea pasivă;	14	2	2	10
	9	tracțiunile, întinderile musculo-tendinoase, tehnicile manipulative;	18	2	2	14
	10	masaj profund miofascial; tehnicile de facilitare proprioceptivă (FNP). Evaluarea finală	20	2	2	16
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială</i>, <i>curentă</i> și <i>finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu</i>, <i>chestionare orală</i>, <i>conversație</i>, <i>expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de</p>					

	<p>la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> Godorozea M., Agapii E., Pogorletchi A., Rosca V., Masajul terapeutic, USEFS, Chisinau, 2018, 120p. . Negrila Adriana, Manajamentul durerii in cabinetul de medicina scolara. Revista de medicina scolara si universitara ,2016,3(1), p.21-35. Raveica Gabriela. Terapia durerii abordarea kinetoterapeutica .Curs pentru studentii specialitatii kinetoterapie si motricitate speciala. (accesat pe https://ru.scribd.com/document/73209005/Curs-Terapia-Durerii-Format-Nou). Ostin Mungiu, Dorel Sandescu, Aurel F. Marin. Terapia durerii. București, Editura Etna, 2018, 300 pag. Sutcliffe Jenny . Remedii pentru dureri de spate- Bucuresti /Litera, 2017,224 pag. Bogdan-Alexandru Hagiu Terapia simultană a durerilor mentale și fizice, Iași, Editura UAIC, 2018,167 pag. Бубновский С.М. Правда о тазобедренном суставе: жизнь без боли. М.: ЭКСМО, 2021, 192 стр. ISBN 978-5-04-100850-5. Аргофф., Маклин Г. Секреты лечения боли. М.: Бином, 2021, 448 стр. ISBN 978-0-323-04019-8. Извозчиков С.Б. Неонкологическая тазовая боль. Научно-практическое руководство. М.: МЕДпресс-информ, 2022, 232 стр. ISBN 978-5-907504-10-3. Рыжков В.Д. Болевые феномены в неврологии. СПб, СпецЛит, 2019, 143 стр. ISBN 978-5-299-0961-3. Хоппенфельд Д. Диагностика и лечение боли. М.: Медпресс-информ, 2022, 320 стр. ISBN 978-5-00030-672-7. 	

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Organizarea serviciului de reabilitare medicală					
Titularul cursului		Zavalîșca Aurica					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.A.014	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20		110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii Organizarea serviciului de reabilitare medicală este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei Organizarea serviciului de reabilitare medicală este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei strategii bazate pe calitatea serviciilor kinetoterapeutice.</p> <p>Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de master:</p> <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale tehnologiilor de asigurarea a calității în recuperarea și motricitatea specială; - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitare medicală care sunt oferite în instituțiile de profil; - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare în instituțiile medicale de stat sau particulare; 						
	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Posibilitatea masteranzilorlor de a programa, organiza și conduce activitatilor practice specifice activităților de recuperare.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formularea obiectivelor de instruire specifice activitatilor de recuperare in cadrul 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului</p>	<p>activității didactice.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre organizarea activității kinetoterapeutului în instituția medicală. - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii în procesul activității. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. - Asigurarea unui management calitativ al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera reabilitării. - Identificarea și utilizarea conceptelor fundamentale activităților de reabilitare. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Organizarea serviciului de reabilitare medicală; - particularitățile de organizare a lucrului în kinetoterapie; - Documentarea. Operarea cu programe digitale. - Elaborarea și tehnoredactarea de material documentare și personale folosind un limbaj specific domeniului. - Lucru în echipă și organizarea unei activități sportive pe nivele de pregătire prin îndeplinirea rolului și atribuțiilor în cadrul echipei. Respectare normelor de etică și deontologie profesională - Abilitați de comunicare scrisă și orală prin folosirea terminologiei specifice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei “ Organizarea serviciului de reabilitare medicală; . Descrierea conceptelor, teoriilor și notiunilor fundamentale ale mecanismelor fiziologice și patologice ale organismului uman., recunoașterea simptomelor și semnelor clinice, identificarea metodelor și tehnicilor de kinetoterapie <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizarea programelor de adaptate patologiei și conforme obiectivelor stabilite de medic, utilizând cunoștințele fundamentale din domeniu; - introducerea de noi metode și tehnici pentru creșterea satisfacției pacientului; - îmbunătățirea activității resurselor umane și a performanței organizației medicale; - formarea deprinderilor de elaborarea unui program kinetoterapeutic. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - responsabilitate în decizii și acțiuni; - să fie direct implicați în dezvoltarea documentelor aplicabile ale sistemului de reabilitare; - să realizeze calitativ diverse forme și etape ale recuperării conform regimului locomotor al pacientului; - să colaboreze cu principalii actori implicați în serviciile de sănătate: pacienții, instituțiile medicale, profesioniștii și conducerea instituțiilor de sănătate; 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs / modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
	<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>		
<p>1</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>	<p>Reabilitarea ca parte componentă a serviciilor medicale.</p>	
<p>2</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>	<p>Organizarea serviciului de reabilitare în cadrul spitalului</p>	
<p>3</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>	<p>Formele de reabilitare. Etapele reabilitării fizice.</p>	
<p>4</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>	<p>Rresponsabilitățile medicului reabilitolog în contextul unei instituții medicale destat sau particulară.</p>	
<p>5</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>10</p>		<p>Rresponsabilitățile kinetoterapeutului în contextul unei instituții medicale de</p>

	stat sau particulară.					
	6	Evaluarea intermediară	11	-	1	10
	7	Protocolul clinic instituțional.	14	2	2	10
	8	Tehnologii medicale performante în reabilitarea pacienților.	14	2	2	10
	9	Organizarea calitativă asistemelor de utilități în instituția medicală.	16	4	2	10
	10	Organizarea condițiilor adecvate pentru realizarea dreptului pacienților la siguranță în centrul de reabilitare.	14	2	2	10
	11	Evaluarea finală	11	-	1	10
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>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 (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor masterandului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<p>1. Pilz S, et al. Quality Manager 2.0 in hospitals: A practical guidance for executive managers, medical directors, senior consultants, nurse managers and practicing quality managers. 2013;107 (2):170–178.</p> <p>2. Diaconu C. C., Goman M. A. Practica medicală. București: Editura ALL, 2018. 216 p. ISBN</p>					

	<p>978-606-587-520-3</p> <ol style="list-style-type: none">3. Bush T. Leadership și management educațional . Teorii și practici actuale. Iași: Editura Polirom, 2021. 248 p. ISBN 97897346855094. ISO 9001:2015. Sisteme de management al calității. Cerințe. .5. Respectarea drepturilor omului în prestarea serviciilor de asistență medicală urgentă prespitalicească din Republica Moldova. Studiu realizat de Oficiul Avocatului Poporului în colaborare cu UN Moldova, 2016.6. Raportul Avocatului Poporului către Parlamentul Republicii Moldova, 27.martie 2017.7. Accesul și calitatea serviciilor medicale spitalicești în percepția populației din Republica Moldova. Centru PAS, 2014
--	---

Data completării: 01.09.2021

Zavalișca Aurica

ANUL II, SEMESTRUL III

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 Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>						
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale în domeniul din formare						
Titularul cursului		Timuș Maria						
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.O.015	Anul	II		Semes trul	I
Nr. credite	5	Limbade 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)								S
Catedra	Managementul 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	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI		
		150	20	20	-	110		
Nota de prezentare		<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale în domeniul de formare” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în corespundere cu obiectivele și finalitățile enunțate în planul de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul turismului. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în domeniul kinetoterapiei. 3. Aplicarea diferitor produse TIC în sfera kinetoterapiei. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea activităților kinetoterapeutice cu utilizarea tehnologiilor informaționale. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. I, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a turismului la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea importanța tehnologiilor informaționale și comunicaționale de organizare a procesului de studii; • Analiza programelor de control și instruire multimedia; • Utilizarea programelor antrenor - stabilograf; • Asigurarea unui climat eficient pentru implementarea și utilizarea eficientă a mijloacelor tehnologiilor informaționale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și practicii activităților de kinetoterapie; • Dirijarea ciclului de recuperare al pacienților prin intermediul activităților kinetoterapeutice cu utilizarea TIC; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește teoria și practica kinetoterapiei.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale în domeniul de formare” (sistem de instruire, tehnologii informaționale, sisteme expert, sisteme de instruire etc.); ➤ să definească noțiunea de tehnologii informaționale; ➤ să cunoască strategiile de dirijare a activității de gestionare și creare a diferitor rapoarte cu ajutorul TIC; ➤ să identifice specificul activităților de kinetoterapie prin intermediul TIC; ➤ să cunoască care este importanța complexelor de antrenament recuperatoriu cu utilizarea tehnologiilor informaționale; ➤ să cunoască particularitățile utilizării tehnologiilor informaționale privind cercetarea științifică a fenomenelor sportive în domeniul kinetoterapiei; ➤ să cunoască aspectele politicii investiționale în domeniul kinetoterapiei. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe kinetoterapeut să utilizeze servicii și produse TIC; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra cererii și ofertei în domeniul kinetoterapiei; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele economice ale industriei turismului în timpul practicii de specialitate; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității turistice; ➤ să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta turistică; <p>să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	Laborator	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Sistemul de comunicare.	7	2	-	-	5
	2	Etapetele de dezvoltare a tehnologiilor informaționale	7	2	-	-	5
	3	Evoluția învățământului la distanță	7	2	-	-	5
	4	Instrumentele de bază ale învățământului la distanță (ÎD)	7	2	-	-	5
	5	Avantajele și dezavantajele e-learning	7	2	-	-	5
	6	Participanții procesului de e-learning.	7	2	-	-	5
	7	Caracteristicile tutoriatului.	7	2	-	-	5
	8	Versiunile de e-learning	7	2	-	-	5
	9	Tipurile de forumuri.	7	2	-	-	5
	10	Nivelul de implementare a campusului virtual	7	2	-	-	5
	11	Tehnologiile multimedia.	7	-	2	-	5
	12	Tipuri de conferințe	7	-	2	-	5
	13	Tehnologiile streaming.	7	-	2	-	5
	14	Bibliotecile virtuale.	7	-	2	-	5
	15	Tehnologii informaționale moderne în educație fizică și sport	7	-	2	-	5
	16	Programe aplicative în activitățile de kinetoterapie	7	-	2	-	5
	18	Tehnologii informaționale moderne ca instrument al managementului kinetoterapeutic	7	-	2	-	5
	19	Complexe de antrenament recuperatoriu cu utilizarea tehnologiilor informaționale	12	-	2	-	10
	20	Tehnologii informaționale moderne privind cercetarea științifică a fenomenelor sportive în domeniul kinetoterapiei	12	-	2	-	10
	Total			150	20	20	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului		<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>		<p>activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2.Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3.Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>		<table border="1"> <tr> <td data-bbox="646 846 1369 891">Nota finală</td> <td data-bbox="1369 846 1588 891">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="646 891 1369 936">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1369 891 1588 936">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="646 936 1369 981">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1369 936 1588 981">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="646 981 1369 1025">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1369 981 1588 1025">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="646 1025 1369 1048">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1369 1025 1588 1048">20%</td> </tr> </table>	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%
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%											
<p>Referințe bibliografice</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Информационные и коммуникационные технологии в подготовке преподавателей. Руководство по планированию. ЮНЕСКО, 2005 Division of higher education. 2. Manual de instruire a profesorilor pentru utilizarea platformelor de e-Learning. Litera Internațional, 2007 3. Programul SEI. De la reformă la dezvoltare. 2001 – 2007. Ministerul Educației și Cercetării. 4. Gherguț, Alois: <i>Sinteze de psihopedagogie specială</i>, Polirom, Iași, 2005 5. Latas, Parrilla. A.: <i>El profesor antes la integracion escolar</i>, Editorial Cincel, Argentina, 2003 6. Adascalitei: "Instruire asistata de calculator". Polirom, 2007. 7. M. Brut: "Instrumente pentru e-learning". Polirom, 2006. 8. E. Popescu: "Social learning environments". Sitech Press, Craiova, 2013 9. S. Mishra, R. Sharma: "Interactive Multimedia in Education and Training". Idea Group, 2005. 10. Liliana Ursache, George Vaju, Catalin Donici, Cosmin Herman-Moodle Administare, Utilizare, Evaluare Arad 2011 11. Adăscăliței Adrian, Andrusac Gladiola, "Elemente de proiectare și standardizare a resurselor pentru eLearning", Sesiunea de Comunicări Științifice "eLearning și Software educațional" eLSE 2006, vol 1, pag. 39 12. Eni V., Budevici A., Timuș M. Campusul virtual în cadrul managementului învățământului la distanță. „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice” ediția a XI-a, 2007, p.125-129 13. Istrate, Olimpiu. Educația la distanță. Proiectarea materialelor. Botoșani: Agata, 2000, p.25. 14. Mihai Drăgănescu, De la societatea informațională la societatea cunoașterii, Editura Tehnică, București, 2003, ISBN 973-31-2199- 										

	<p>1, www.racai.ro</p> <p>15. Tudorel Fătu, Alexandru Țugui, Ce urmează după societatea global informațională ?, Studii, Institutul de Cercetări pentru Inteligența Artificială, Academia Romană, www.racai.ro</p> <p>16. M. Vlada, “Supremația limbajelor in domeniul procesării informațiilor și cunoștințelor”, Sesiunea de comunicări științifice cu participare internațională, “Provocări la adresa securității și strategiei la inceputul secolului XXI”, Secțiunea E-Learning și Software Educațional UNAP, 14 -15 aprilie 2005, Editura Universității Naționale de Apărare, București, pp. 165-178, 2005. ,</p> <p>17. Tehnologii multimedia, Editura Universității din București, ISBN 973-575-847-4, 2004</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Timuș Maria



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapia în recuperarea motrică și somato – funcțională</i>					
Denumirea cursului		Neurorecuperarea – testare și management					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.O.016	Anul	II	Semestrul	III
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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	20	-	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Neurorecuperarea – testare și management</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie a procedurilor tehnice și implementarea metodelor în kinetoterapie în diferite ramuri ale recuperării.</p> <p>Neurorecuperarea – testarea și management este un domeniu aparte în medicina de recuperare pentru că pornește de la următoarea premisa: afecțiunile neurologice sunt afecțiuni care dau cea mai mare invaliditate în cazul populației adulte. Recuperarea trebuie abordată diferit în funcție de tipul bolii cauzatoare de deficit. Procesul de recuperare se concentrează în principal pe managementul disabilității și mai puțin pe stabilirea diagnosticului.</p> <p><i>Neurorecuperarea – testare și management</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea Kinetoterapia în recuperarea motrică și somato – funcțională, cod S.03.O.016 pe un număr de 150 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 40 ore; lucru individual 110 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – practice. Studiul obiectului se finalizează cu examenul.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitării medicale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării medicale. 																																																																																
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei <i>Neurorecuperare – testare și management</i>; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 																																																																																
	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos central</td> <td>10</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos periferic</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Kinetoterapia în afecțiunile sistemului nervos central</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni ale scoarței cerebrale</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni ale coloanei vertebrale</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului superior</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului inferior</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni extrapiramidale</td> <td>16</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Recuperarea pacienților cu leziuni piramidale</td> <td>20</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Abordări interdisciplinare în cazul pacientului neurologic.</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>150</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>110</td> </tr> </tbody> </table>						N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos central	10	2	2	6	2	Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos periferic	12	2	2	8	3	Kinetoterapia în afecțiunile sistemului nervos central	14	2	2	10	4	Recuperarea pacienților cu leziuni ale scoarței cerebrale	14	2	2	10	5	Recuperarea pacienților cu leziuni ale coloanei vertebrale	16	2	2	12	6	Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului superior	14	2	2	10	7	Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului inferior	16	2	2	14	8	Recuperarea pacienților cu leziuni extrapiramidale	16	2	2	14	9	Recuperarea pacienților cu leziuni piramidale	20	2	2	16	10	Abordări interdisciplinare în cazul pacientului neurologic.	14	2	2	10	Total		150	20	20
N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore																																																																															
		Total	Curs	Seminar	LI																																																																												
1	Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos central	10	2	2	6																																																																												
2	Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos periferic	12	2	2	8																																																																												
3	Kinetoterapia în afecțiunile sistemului nervos central	14	2	2	10																																																																												
4	Recuperarea pacienților cu leziuni ale scoarței cerebrale	14	2	2	10																																																																												
5	Recuperarea pacienților cu leziuni ale coloanei vertebrale	16	2	2	12																																																																												
6	Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului superior	14	2	2	10																																																																												
7	Recuperarea pacienților cu leziuni ale nervilor periferici de la nivelul membrului inferior	16	2	2	14																																																																												
8	Recuperarea pacienților cu leziuni extrapiramidale	16	2	2	14																																																																												
9	Recuperarea pacienților cu leziuni piramidale	20	2	2	16																																																																												
10	Abordări interdisciplinare în cazul pacientului neurologic.	14	2	2	10																																																																												
Total		150	20	20	110																																																																												
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale neurorecuperării. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor,</p>																																																																																

	cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol etc.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin evaluarea: <i>inițială și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>conversație</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea inițială	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Sbenghe T. – Kinetoterapie profilactică, terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, București, 1999. Cezar, I. – Ghid de neurologie, Editura Medicală, București, 1976. Engrich E. – Kinetoterapia pe intelesul tuturor, ediția a II-a, Editura Medicală, 2019, 156 pagini. Lecomte Jacques / Doina Jela – Reziliența. Reconstruirea după un traumatism, Editura Spandugino, 2020, 88 p., ISBN 9786068944173 Groppa St., Zota E., Efremova D., Chiforșina V. Profilaxia secundară a accidentului vascular cerebral ischemic și factorii de risc modificabili în populația Republicii Moldova. In: Buletinul Academiei de Științe a Moldovei. Științe Medicale. 2015, vol. 4, nr. 49, pp. 130–133. ISSN: 1857-0011. 	

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapia în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Fitnessul – metodă de recuperare în kinetoterapie					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul II <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.A.0.17	Anul	II	Semestrul	III
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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fitnessul – metodă de recuperare în kinetoterapie” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului kinetoterapeutic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a utiliza elementele de kinetoterapie desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodelor și mijloacelor kinetoterapiei; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor</p>						

	<p>cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ masteranzii USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodelor și fitnessului în cadrul sesiunii de kinetoterapie pentru pacienții de diferită vârstă și stare a sănătății; • Conștientizarea importanței practicării metodelor și tehnicilor fitnessului în viața profesională și cea cotidiană; • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succeselor în activitatea profesională; • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul fitnessului ca metoda de recuperare în kinetoterapie care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională; • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competența de lucru în echipă; competențe de învățare; creativitate. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de comunicare utilizând o limbă străină; competența de operare cu tehnologia informatică; înțelegerea pentru culturile și obiceiurile altor popoare.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Favorizarea proceselor de creștere armonioasă și de dezvoltare fizică; ▪ Să cunoască structurile anatomice implicate în mecanismul mișcării; biomecanica și biodinamica organismului uman; elementele de fiziologie și fiziopatologie a durerii; particularităților mecanismului durerii musculo-scheletale. ▪ Cunoașterea aplicării programelor de fitness ca metodă de recuperare în kinetoterapie la pacienții cu afecțiuni ale aparatului locomotor. ▪ Să cunoască abordări kinetoterapeutice a fitness-ului pentru profilaxia deconditionării fizice a persoanelor cu mod de viață sedentar. ▪ Să cunoască tehnici de “Relaxare-Opunere”(RO)(ține-relaxează; (hold-relax); tehnicile miotensive tehnici de stretching; relaxarea postizometrică, inhibiția reciprocă. ▪ dezvoltarea rezistenței cardiovasculare, rezistenței musculare, forței, mobilității-supleții; dezvoltarea echilibrului, coordonării segmentare, agilității, vitezei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să conștientizeze importanța utilizării sistematice a zilnicului Sănătății și Recuperării pentru aprecierea consecințelor aplicării fitnessului ca metodă de recuperare în kinetoterapie . ▪ formarea unui sistem de deprinderi și priceperi motrice de bază, utilitar-aplicative și specifice unor ramuri de sport (fitness). ▪ prevenirea instalării și corectarea deficiențelor de postură pentru întreg corpul sau doar pentru anumite segmente ale acestuia; ▪ formarea obișnuinței pentru practicarea exercițiilor fizice în mod independent. ▪ educarea capacității de relaxare generală și selectivă; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p>

	formarea unor convingeri cu privire la importanța de a efectua exerciții fizice și a rolului pe care îl au în creșterea calității vieții, echilibrarea și reglarea emoțională cât și educarea atitudinilor de fair-play, respect, colaborare în echipă.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Introducere în cursul Fitnessului ca metodă de recuperare. Caracteristica generală a sistemelor din fitness: Mijloacele și metodele.	12	2	2	8
	2	Aerobica ca metoda de recuperare în Kinetoterapie. Indicații și contrindicații.	14	2	2	10
	3	Antrenamentul CARDIO . Caracteristica generală și Particularitățile aplicării a diferitor metode în Kinetoterapie.	16	2	2	12
	4	Wellness – ca metodă de recuperare în Kinetoterapie: Caracteristica generală. Tehnici și metode aplicării a exercițiilor. Indicații și contrindicații.	12	2	2	8
	5	Ioga și tipurile ei folosite în Kinetoterapie ca metoda de recuperare. Tehnici și metodele. Indicații și contrindicații.	16	2	2	12
	6	“Zilnicul Sănătății și Recuperării” -metodă de monitorizare procesului de recuperare a pacientului: completarea zilnicului, elaborarea programelor de recuperare și complexelor de exerciții.	14	2	2	10
	7	Stretching ca metoda de recuperare bolnavilor. Indicații și contrindicații.	14	2	2	10
	8	Evaluarea intermediara I	14	2	2	10
	9	Nordic Walking - metodă recuperare pacientului complexă. Particularitățile aplicării.	18	2	2	14
	10	Naturoterapy – ca metodă de recuperare.Particularități metodologice ale programelor, indicații și contrindicații. Evaluarea finala	20	2	2	16
	Total	150	20	20	110	
Strategii de predare& învățare	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 și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în					

<p>în cadrul cursului/modulului</p>	<p>echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, prezentate prin studii de caz cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Andrei Marius Ispas, Sabina Macovei. Pilates pentru tine și corpul tău. București, Editure Aius, 2020, 244 pag. ISBN 9786065628663 2. Jessica Matthews Stretcing pentru orice vârstă. București, Editura Pilot books, 2021, 208 pag. ISBN 978 606 9502051 3. Сапожникова О.В. Фитнес. Екатеринбург, Изд. Урал. Ун-та, 2016, 144стр. ISBN 978-5-7996- 1516-1 4. Джорж Райан Анатомия тренировок со свободными отягощениями. М.: Поппури, 2016, 144 стр. 5. Сандрин Бриду Фитнес-йога, М.: Поппури, 2019, 80 стр. 6. Би-Джей Гаддур Силовые упражнения без отягощений. Как заменить штангу весом своего тела. М.: Поппури, 2020, 288 стр. ISBN 978-985-15-4649-3 7. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. М.: Изд. Харверст, 2021, 160 стр. ISBN 978-985-18-4643-2 8. Хелен Ванденбург Смешанные тренировки. Фитнес, йога, пилатес и барре. М.: Изд. Попурри, 2018, 336 стр. ISBN 978-985-15- 3458-2</p>	

- | | |
|--|--|
| | <p>9. Алекс Хатчинсон Кардио или силовая тренировка? Какие нагрузки подходят именно вам. М.: Изд. Альпина Паблишер, 2018, 350 стр.</p> <p>10. Бадюк С.Н. Шанти Практика: 60 дней тренировок, которые изменят жизнь навсегда. М.: ЭКСМО, 2018, 224 стр. ISBN 978-5-699-93407-2</p> <p>11. Брет Контерас Анатомия силовых упражнений с использованием в качестве отягощения собственного веса. М.: Поппури, 2021, 224 стр.</p> |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail

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



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato - funcțională</i>					
Denumirea cursului		Hidrokinetoterapia					
Titularul cursului		Rîșneac Boris					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.03.A.018	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	40	Studiu individual	110	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S - Unități de curs de specialitate/module)							S
Catedra	Kinetoterapie	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.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Hidrokinetoterapia” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • integrarea datelor individuale în context clinico-științific și identificarea variantelor optime de acțiune; • conceperea unor planuri de recuperare sau de întreținere fizică, în funcție de caracteristicile fiecărui pacient; • folosirea combinată a unor tehnici diversificate de evaluare, în vederea formării unei imagini cât mai obiective a cauzelor problemelor, dar și a progreselor terapeutice; • selectarea celor mai eficiente programe kinetice și adaptarea lor în vederea accelerării proceselor de refacere pe plan motric și funcțional; • adaptarea tehnicilor specifice de lucru, în concordanță cu posibilitățile și nevoile individuale ale beneficiarilor; • optimizarea continuă a programelor de lucru propuse, introducerea și adaptarea de noi tehnici; • utilizarea tehnicilor și metodelor de evaluare a rezultatelor pentru adaptarea și optimizare în timp real a programului kinetoterapeutic; • colaborarea în procesul de recuperare și cu alți specialiști din domeniu sau din domenii conexe, pentru a avea o abordare holistică a acestui demers. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară (Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato – funcțională) și planificarea conținuturilor de baza ale domeniului cu orientare interdisciplinară. • Înțelegerea și utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare și formare profesională asistată (portaluri Internet, aplicații software de specialitate, baze de date, cursuri online etc.) atât în limba română cât și într-o limbă de circulație internațională. • Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. • Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică. • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să recunoască „Hidrokinetoterapia” ca specialitate de recuperare, locul și rolul ei în sistemul de sănătate; • să recunoască hidrokinetoterapia ca domeniu de activitate complexă medicală, educațională, socială și de altă natură a persoanelor cu dizabilități cauzate de diverse afecțiuni, stări patologice și traumatisme și locul acestei discipline în sistemul de sănătate; • să înțeleagă metodologia și particularitățile evaluării și aprecierii rezultatelor examinărilor și testărilor pentru punerea corectă a diagnosticului, clinic, funcțional și diferențiat și a organizării procesului de reabilitare; • să cunoască indicațiile și modul de conduită terapeutică recuperatoare și de transfer al pacienților în servicii specializate de reabilitare; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să efectueze colectarea și estimarea corectă a datelor de anamneză; • să efectueze examinarea clinică, evaluări speciale instrumentale și funcționale și aprecierea corectă a pacienților cu disfuncționalități, dizabilități și infirmități în diferite boli; • să poată stabili diagnosticul clinico-funcțional pentru inițierea programului de reabilitare medicală; • să aprecieze restantul funcțional, gradul de dizabilitate, pronosticul recuperării; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să deducă interrelații între recuperare și hidrokinetoterapie; • să posede abilități de implementare și integrare a cunoștințelor obținute la hidrokinetoterapie cu disciplinele fundamentale și de specialitate;

	<ul style="list-style-type: none"> • să fie apt de a evalua și autoevalua obiectiv cunoștințele în domeniu; • să fie apt de a asimila noile realizări în domeniul reabilitării medicale și a le integra cu hidrokinetoterapia. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Lucrări practice	LI
	1	Curs introductiv – definirea conceptelor de bază.	15	2	2	11
	2	Fizica fluidelor – hidrostatica și hidrodinamica.	15	2	2	11
	3	Hidrotermoterapia.	15	2	2	11
	4	Înotul mijloc al hidrokinetoterapiei.	15	2	2	11
	5	Metodologia folosită în hidrokinetoterapie.	15	2	2	11
	6	Rolul kinetoterapeutului în programul de hidrokinetoterapie.	15	2	2	11
	7	Modificările parametrilor funcționali și activitatea fizică în imersie.	15	2	2	11
	8	Metoda aplicate în hidrokinetoterapie (Halliwick, Bad-Ragaz, Metoda Ai Chi, Watsu).	15	2	2	11
	9	Hidrokinetoterapia pre și post-natal.	15	2	2	11
	10	Hidrokinetoterapia la nou născuți.	15	2	2	11
Total			150	20	20	110
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme de derulare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și 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 acțiune a hidrokinetoterapiei diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de evaluare</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, 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 activitate la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. STANDARDE MEDICALE DE DIAGNOSTIC ȘI TRATAMENT ÎN REABILITAREA CHIRURGICALĂ A COPIILOR, Aprobata prin ordinul MSMPS Nr. 953 din 19.10.2020 2. Constantinescu M., (2017) "Înotul terapeutic în prevenirea deficiențelor fizice funcționale ale coloanei vertebrale a copiilor în perioada prepubertară", Chișinău 3. Mr. Nezar Al Torairi, Mr. Fahad F. Aljowair, Dr. Sharick Shamsi, Ms. Shabana Khan (2018), "Effect of Hydrotherapy and Physiotherapy Exercises on Low Back Pain,,", Horizon Books 4. Marybetts Sinclair (2020), "Hydrotherapy for Bodyworkers: Improving outcomes with water therapies", Handspring Publishing Limited, Pencaitland, United Kingdom 5. Kevin E. Wilk and David M. Joyner (2020), "THE USE OF AQUATICS IN ORTHOPEDIC AND SPORTS MEDICINE REHABILITATION AND PHYSICAL CONDITIONING", Slack Incorporated 6. Botnarenco F.A., Rîșneac B.V., (1993), "Înotul", Chișinău: Ed. Lumina 7. Ian McLeod, (2019), "Anatomia înotului", Lifestyle 	

Data completării:

01.09.2021

Rîșneac Boris

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



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în medicina sportivă					
Titularul cursului		Pascal Oleg					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.A.019	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii Kinetoterapia în medicina sportivă este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și sporului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Kinetoterapia în medicina sportivă” . Primul și ultimul pas a unui kinetoterapeut în procesul de recuperare funcțională a sportivului este evaluarea. Inițial evaluarea sportivului este necesară pentru aprecierea restantului funcțional ce urmează a fi recuperat, iar în final evaluarea apreciază rezultatele obținute prin aplicarea programului de recuperare și necesitatea refacerii lui în funcție de noile concluzii Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de studii la masterat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a masteranzilor, care vor activa în domeniul sporturilor, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini calitative pe ani de studii. - obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în calitatea serviciilor de reabilitarea medicală care sunt oferite sportivilor în instituțiile de profil; <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul medicinei sportive; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare a sportivilor ce practică diferite probe sportive; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a sportivilor cu diferite afecțiuni; - calitatea determinării diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare; - Dobândirea cunoștințelor necesare pentru evaluarea somatoscopică; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - Însușirea noțiunilor și realizarea practică a bilanțului articular și muscular; - Evaluarea funcțională 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea pentru atingerea nivelului necesar de pregătire, însușirii deprinderilor și abilităților profesionale în procesul de instruire în instituție și pentru asigurarea activității sociale și profesionale deplin. particularitățile de evaluare a pacientului în kinetoterapie; - conștientizarea importanței sociale a viitoarei sale profesii; - cunoașterea testelor necesare de evaluare pentru categoria de persoane indicată <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei kinetoterapia în medicina sportivă; - aspirația spre autodezvoltare, spre sporirea calificării personale; - calitatea elaborării și gestionării proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - tehnologii de asigurare a calității recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni. 					
Finalități și performanțe la curs /modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Kinetoterapia în medicina sportivă - Cunoaște noțiuni generale despre patologia sportivă; - Realizarea de conexiuni între normele dobândite și aplicabilitatea lor în practica zilnică: evaluarea pacienților cu traumatisme osteo- articulare, introducerea lor într- un protocol standardizat de recuperare, monitorizarea evoluției post- traumatice, colaborarea cu specialistii din domenii înrudite. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de a utiliza informațiile dobândite și de a insera altele noi, pe măsura dobândirii experienței; - Capacitatea de a oferi soluții pe loc la problemele cu care se confruntă studentul în activitatea zilnică și în perspectiva în activitatea în cabinetul de kinetoterapie; - Lectura dirijată și discutarea din diferite puncte de vedere (cadru didactic și student) cu susținerea prin argumente pro și contra a unei ipoteze de lucru; - Abilitatea de a observa fenomene și procese și de a le corela între ele pentru elucidarea diagnosticului. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptează programul de recuperare în funcție de stadiul bolii și capacitatea funcțională a sportivului; - Rezolvarea de probleme prin discutarea unor situații concrete care să fie soluționate de către masteranzi; - Capacitatea de a redacta și prezenta lucrări științifice în domeniul disciplinei, la manifestările specifice; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în patologia sportivă. Patologii în funcție de sportul practicat.	14	2	2	10
	2	Prim ajutor în traumatologia sportivă. Conduită de prim ajutor în funcție de sportul practicat.	14	2	2	10
	3	Recuperarea afecțiunilor craniocerebrale și a coloanei cervicale.	14	2	2	10
	4	Recuperarea afecțiunilor coloanei dorso-lombare.	14	2	2	10
	5	Recuperarea afecțiunilor membrului superior	14	2	2	10
6	Evaluarea intermediară	11	-	1	10	

	7	Recuperarea afecțiunilor membrului inferior	14	2	2	10
	8	Recuperarea sportivilor cu cele mai frecvente afecțiuni	14	2	2	10
	9	Evaluarea somatoscopică a sportivului	16	4	2	10
	10	Testarea sensibilității. Testarea reflexelor oasteo-tendinoase și patologice la sportivi.	14	2	2	10
	11	Evaluarea finală	11	-	1	10
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/crisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. I. Dragan: Medicina Sportiva, Ed. Medicala, Bucuresti, 2005; 2. Tcaci I., Cerepoc A., Sportivnaia travmatologia. Ucebnoe posobie. Zaporojie.2013 3. Bistran C., Ciomu N. Anatomia Aparatului Locomotor. București: Editura Cermaprint 2013. 276 p. ISBN 606-552-116-2 4. Physical Medicine and Rehabilitation Board Review 					

- | | |
|--|---|
| | <p>5. Therapeutical Modalities in Rehabilitation, W.E. Prentice 2009</p> <p>6. Sbenghe T., Berceanu M., Simana E. S. Kinetologie. București: Editura Medicală, 2019. 781 p. ISBN 973-39-0864-7</p> <p>7. Feather A., Randall D., Watehause M., Lawrence P. Medicina clinică. București: Hipocrate, 2021. 2808 p. ISBN 9788591116132</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Pascal Oleg



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Reabilitarea în patologiile metabolice					
Titularul cursului		Racu Sergiu					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.A.020	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	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	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	20	110	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Reabilitarea în patologiile metabolice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și sporului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina Reabilitarea în patologiile metabolice reprezintă o totalitate de noțiuni, principii, particularități, obiective, mijloace, metode, modalități de efectuare a exercițiilor fizice, care au tendința de a forma percepția generală a studentului pentru aplicarea kinetoterapiei în afecțiuni cu diverse dereglări metabolice.</p> <p>Modernizarea disciplinei „Reabilitarea în patologiile metabolice” este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ propus pentru programul de studii la masterat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiectivul cadru al planului de învățământ ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în reabilitarea medicală, care va asigura buna desfășurare a formelor kinetoterapiei; <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale kinetoterapiei; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu afecțiuni metabolice; - evaluare corectă a evoluției pacientului; 						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului / modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizarea noțiunilor, teoriilor și conceptelor fundamentale din domeniul kinetoterapiei și medicinei în activitatea și comunicarea profesională; - abilitatea pentru atingerea nivelului necesar de pregătire, însușirii deprinderilor și abilităților profesionale în procesul de instruire în instituție și pentru asigurarea activității sociale și profesionale deplină. - utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii; - organizarea și conducerea activităților proprii recuperării pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei kinetoterapia în medicina; - aspirația spre autodezvoltare, spre sporirea calificării personale; - calitatea elaborării și gestionării proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - tehnologii de asigurare a calității recuperării și modalitățile de antrenament fizic în afecțiuni metabolice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs /modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Reabilitarea în patologiile metabolice; - Realizarea de conexiuni între normele dobândite și aplicabilitatea lor în practica zilnică: evaluarea pacienților cu afecțiuni metabolice, introducerea lor într-un protocol standardizat de recuperare, monitorizarea evoluției de recuperare, colaborarea cu specialiștii din domenii înrudite. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de a utiliza informațiile dobândite și de a însera altele noi, pe măsura dobândirii experienței; - Capacitatea de a oferi soluții pe loc la problemele cu care se confruntă studentul în activitatea zilnică și în perspectivă activității în cabinetul de kinetoterapie; - Lectura dirijată și discutarea din diferite puncte de vedere (cadru didactic și student) cu susținerea prin argumente pro și contra a unei ipoteze de lucru; - Abilitatea de a observa fenomene și procese și de a le corela între ele pentru elucidarea diagnosticului. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptează programul de recuperare în funcție de stadiul bolii și capacitatea funcțională a pacientului; - Aplicarea unor principii și metode de bază pentru rezolvarea de probleme /situații bine definite, tipice domeniului în condiții de asistență calificată; - Elaborarea de proiecte profesionale cu utilizarea unor principii și metode consacrate în domeniu 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs / modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs /modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
	<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>		
<p align="center">1</p>	<p align="center">14</p>	<p align="center">Noțiuni introductive în fiziologia și patologia metabolismului.</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">10</p>	
<p align="center">2</p>	<p align="center">16</p>	<p align="center">Metode de evaluare a pacientului metabolic</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">12</p>	
<p align="center">3</p>	<p align="center">16</p>	<p align="center">Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu obezitate.</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">12</p>	
<p align="center">4</p>	<p align="center">16</p>	<p align="center">Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu sindrom metabolic</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">12</p>	

	5	Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu diabet zaharat	16	2	2	12
	6	Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu gută	14	2	2	10
	7	Kinetoterapia în recuperarea pacientului cu osteoporoză	16	2	2	12
	8	Recuperarea pacientului cu rahitism	14	2	2	10
	9	Recuperarea pacientului cu hiperteroidism	14	2	2	10
	10	Recuperarea pacientului cu hipotteroidism	14	2	2	10
		Total	150	20	20	110
Strategii de predare învățare în cadrul cursului /modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
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	<p>1. Croitoru C. Ciobanu E. Ghid de bune practici: alimentația rațională, siguranța alimentelor și schimbarea comportamentului alimentar. Chișinău, 2019.</p> <p>2. Hagiu Bogdan-Alexandru. Elemente de fiziopatologie și semiologie în kinetoterapie. Editura universității “Alexandru Ioan Cuza” Iași, 2017. ISBN: 978-973-703-998-9</p> <p>3. Caruntu, C., Fiziologie. Sistemul endocrin, sistemul digestiv, funcția metabolică.</p>					

	<p>Editura: Carol Davila, 2020, 152 pag.</p> <ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="507 197 1570 331">4. Engrich E. Kinetoterapia pe înțelesul tuturor. Ediția a II –a Recuperarea în afecțiuni reumatice, posttraumatice, neurologice și cardiovasculare. Recuperarea după operația de cancer la sân: drenaj limfatic, kinetoterapie. Editura medicală, 2019, 171 pag MED978-973-39-0722-1.<li data-bbox="507 331 1570 398">5. Walter F. Boron, Emile L. Boulpaep, Leon G. Zagrean, Fiziologia medicală, Editura Hipocrate, 2017.
--	---

Data completării: 01.09.2021

Racu Serghei



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Practica de specialitate					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S.03.O.021	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	10	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	70	Studiu individual	230	Total ore pe semestru			300
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		300	-	-	70	230	
Nota de prezentare	<p>Stagiile de practică constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Practica de master are drept scop dezvoltarea competențelor și adecvarea pregătirii teoretice la activitatea profesională independentă în condiții socio-economice reale, efectuarea cercetărilor, documentarea și colectarea informației, pentru realizarea tezei de master. Practica de masterat se organizează prioritar în organizații, instituții de proiectare și de cercetare și la catedrele de profil ale instituțiilor de învățământ, instituțiilor medico-sanitare, în conformitate cu tema tezei de master. Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a masteranzilor. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul – viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Stagiile de practică în cadrul formării inițiale în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, firme și instituții de învățământ, instituții medico-sanitare (în continuare – unități baze de realizare a stagiilor de practică), identificate de către universitate în cadrul parteneriatului social, precum și în baza acordurilor bilaterale și internaționale, în cadrul proiectelor internaționale.</p> <p>Fisa disciplinei conține următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stimularea interesului față de profesia aleasă, cultivarea datoriei și deprinderilor profesionale; - constituirea personalității în profesie, educarea unor convingeri ferme, a calităților morale, disciplinei, a respectării cu strictețe a legalității și normelor deontologice profesionale; - formarea deprinderilor de planificare a activității zilnice și de autocontrol asupra realizării măsurilor planificate; 						

	- activitatea de cunoaștere generală a unității de practică în care este repartizat studentul;					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organizarea și conducerea activităților și evenimentelor proprii educației fizice și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; - Stabilirea relațiilor de colaborare cu ceilalți factori implicați în programele educaționale, în vederea realizării unui climat favorabil dezvoltării; - Utilizarea elementelor de management și marketing specifice educației fizice și sportului; - Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională folosind terminologia specifică domeniului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede noțiuni generale în domeniul practicii în kinetoterapie; - aspirația spre autodezvoltare, spre sporirea calificării personale și profesionale; - calitatea elaborării și gestionării planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților kinetoterapeutice 					
	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul practicii kinetoterapiei în contextul reabilitării - Cunoaște notiuni generale despre patologie; - Lectura dirijată și discutarea din diferite puncte de vedere (cadru didactic și student) cu susținerea prin argumente pro și contra a unei ipoteze de lucru; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de a utiliza informațiile dobândite și de a insera altele noi, pe măsura dobândirii experienței profesionale pe parcursul stagiului de practică; - Realizarea de conexiuni între normele dobândite și aplicabilitatea lor în practica zilnică: evaluarea pacienților cu traumatisme osteo- articulare, introducerea lor într-un protocol standardizat de recuperare, monitorizarea evoluției post- traumatice, colaborarea cu specialiștii din domenii înrudite. - Capacitatea de a oferi soluții pe loc la problemele cu care se confruntă studentul în activitatea zilnică și în perspectiva în activitatea în cabinetul de kinetoterapie; - Abilitatea de a observa fenomene și procese și de a le corela între ele pentru elucidarea diagnosticului. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptează programul de recuperare în funcție de stadiul bolii și capacitatea funcțională a pacientului; - Rezolvarea de probleme prin discutarea unor situații concrete care să fie soluționate de către masteranzi în procesul stagiului de practică; - Capacitatea de a redacta și prezenta lucrări științifice în domeniul disciplinei, la manifestările specifice; 					
Finalități și performanțe la curs /modul	La nivel de cunoaștere:					
	La nivel de înțelegere și aplicare:					
	La nivel de integrare:					
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere în activitatea practicii de specialitate	22	-	2	20
	2	Activitatea kinetoterapeutului în domeniul reabilitării pacienților cu afecțiuni ortopedice	26	-	6	20
3	Practica kinetoterapeutică în recuperarea afecțiunilor sistemului nervos central și periferic.	26	-	6	20	

	4	Practica kinetoterapeutică în recuperarea afecțiunilor recuperarea afecțiunilor posttraumatice	26	-	6	20
	5	Practica kinetoterapeutică în recuperarea afecțiunilor cardiovasculare și pulmonare	28	-	8	20
	6	Practica kinetoterapeutică în recuperarea afecțiunilor metabolice și digestive	26	-	6	20
	7	Practica kinetoterapeutică în recuperarea afecțiunilor reumatice.	28	-	8	20
	8	Practica kinetoterapeutică în recuperarea sportivilor cu cele mai frecvente afecțiuni	26	-	6	20
	9	Practica kinetoterapeutică în recuperarea patologiilor pediatrice	28	-	8	20
	10	Practica kinetoterapeutică în recuperarea patologiei geriatrice.	28	-	8	20
	11	Evaluarea finală	36	-	6	30
		Total	300	-	70	230
Strategii de predare învățare în cadrul cursului /modulului	<p>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.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea stagiilor de practică se realizează atât pe perioada de desfășurare a practicii, cât și la finalizarea acestei activități.</p> <p>Evaluarea curentă, pe durata practicii, se efectuează de către conducătorul de practică și reprezentantul unității-baze de practică, luând în considerație participarea studentului la lucrările programate și formarea de către acesta a deprinderilor de executare sau coordonare a operațiunilor incluse în programul practicii.</p> <p>La evaluarea finală, stagiile de practică se apreciază cu note de către o comisie special creată de catedra de profil, ținând cont de referința coordonatorului din partea unității-baza de desfășurare a practicii despre activitatea stagiului, calitatea susținerii publice a raportului, rezultatele realizării sarcinii individuale, aprecierea conducătorului de la catedra de profil.</p> <p>Evaluarea practicii de licență / master se face de către conducătorul de proiect în funcție de activitatea studentului în procesul de elaborare a proiectului și de caracteristica dată de conducerea unității-baze de practică. Nota conducătorului se prezintă în avizul acestuia la teza de licență /master.</p>					

	<p>Totalizarea stagiilor de practică se efectuează în cadrul conferințelor, seminarelor și dezbaterilor, organizate în cadrul facultății sau la catedrele de profil, separat, pe specialități.</p> <p>Studentii, care nu au realizat integral planul de învățământ și nu au obținut creditele aferente tuturor unităților de curs /modulelor obligatorii și opționale și a stagiului de practică, nu sînt admiși la susținerea probelor examenului de licență și a proiectului /tezei de licență.</p>	
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	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diaconu C. C., Goman M. A. Practica medicală. București: Editura ALL, 2018. 216 p. ISBN 978-606-587-520-3 2. Bondrea A. ș.a. Manual de practică. București: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Manolescu M. Practica cercetării în științele educației. Probleme critice, diagnoza, acțiune. București: Editura Universitară, 2020. 412 p. ISBN 9786062811167 4. Gonțearuc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 5. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu

ANUL II, SEMESTRUL IV

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 Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie în recuperarea motrică și somato-funcțională</i>					
Denumirea cursului		Practica de cercetare / elaborarea tezei de master					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu					
Ciclul (M-master)	M	Codul cursului	S.04.O.022	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	30	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	210	Studiu individual	690	Total ore pe semestru			900
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	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.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		900	-	-	210	690	
Nota de prezentare	<p>Practica de cercetare / elaborarea tezei de master constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către masteranzi pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a masteranzilor. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, masterandul – viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Practica de cercetare are drept scop dezvoltarea competențelor și adecvarea pregătirii teoretice la activitatea profesională independentă în condiții socio-economice reale, efectuarea cercetărilor, documentarea și colectarea informației, pentru realizarea tezei de master. Practica de cercetare pentru realizarea tezei de masterat se organizează prioritar în organizații, instituții de proiectare și de cercetare și la catedrele de profil ale instituțiilor de învățământ, instituțiilor medico-sanitare, în conformitate cu tema tezei de master. Stagiile de practică pentru elaborarea tezei de master în cadrul formării inițiale în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, firme și instituții de învățământ, instituții medico-sanitare (în continuare – unități baze de realizare a stagiilor de practică), identificate de către universitate în cadrul parteneriatului social, precum și în baza acordurilor bilaterale și internaționale, în cadrul proiectelor internaționale.</p> <p>Fisa disciplinei conține următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stimularea interesului științific față de profesia aleasă, cultivarea deprinderilor practice profesionale; - constituirea personalității în profesie, educarea unor convingeri ferme, dovedite științific a calităților morale, disciplinei, a respectării cu strictețe a legalității și normelor deontologice profesionale; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea deprinderilor de selectare a noilor metode în planificarea activității zilnice și de autocontrol asupra realizării măsurilor planificate; 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/ modului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională folosind terminologia specifică domeniului de cercetare. - Organizarea și conducerea activităților și evenimentelor proprii kinetoterapiei pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; - Utilizarea elementelor de management și marketing specifice kinetoterapiei; - Studierea literaturii de specialitate și stabilirea reperelor conceptuale privind kinetoterapia în problema cercetată. - Analiza și generalizarea rezultatelor căpătate în procesul experimentului științific realizat în conformitate cu planul de lucru al lucrării . - Elaborarea și argumentarea eficienței Programului kinetic propus in cadrul experimentului pedagogic în vederea elaborării tezei de master. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede noțiuni generale în domeniul practicii de cercetare în kinetoterapie; - aspirația spre autodezvoltare, cunoaștere, spre sporirea calificării personale și profesionale; - calitatea elaborării metodelor, gestionării planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonarea lucrului în kinetoterapie; - îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților kinetoterapeutice în vederea elaborării tezei de master. 					
Finalități și performanțe la curs /modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul practicii de cercetare a kinetoterapiei în contextul reabilitării. - Cunoaște noțiuni generale despre metodologia cercetării științifice; - Lectura dirijată și discutarea din diferite puncte de vedere, cu susținerea prin argumente pro și contra a unei ipoteze de lucru; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de a utiliza informațiile dobândite în cercetarea științifică și de a insera altele noi, pe măsura derulării experimentului profesional pe parcursul stagiului de practică de cercetare; - Elaborarea și realizarea de conexiuni între normele dobândite și aplicabilitatea lor în practica zilnică, colaborarea cu specialiștii din domeniul științific. - Capacitatea de a oferi soluții kinetoterapeutice la problemele pacienților evaluați, cu care se confruntă în activitatea zilnică și în perspectiva în activitatea în cabinetul de kinetoterapie; - Abilitatea de a observa fenomene și procese și de a le corela între ele pentru elucidarea unor rezultate științifice veritabile. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaborarea și evaluarea științifică a programul de recuperare în funcție de stadiul bolii și capacitatea funcțională a pacientului; - Generalizarea problemelor prin discutarea unor situații concrete care să fie soluționate de către masteranzi în procesul stagiului de practică de cercetare; - Capacitatea de a redacta și prezenta lucrări științifice în domeniul disciplinei, la manifestările specifice; 					
Tematica și	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere în activitatea practicii de cercetare	80	-	20	60
2	Selectarea, analiza și sinteza literaturii de specialitate în activitatea	80	-	20	60	

repartizarea orelor la curs / modul		kinetoterapeutului în domeniul reabilitării pacienților				
	3	Metodele cercetării	80	-	20	60
	4	Selecția eșantionului experimental	80	-	20	60
	5	Practica de cercetare kinetoterapeutică	80	-	20	60
	6	Evaluarea inițială a grupului experimental	80	-	20	60
	7	Elaborarea programei kinetoterapeutice model de lucru	80	-	20	60
	8	Probarea testelor incluse în experiment	80	-	20	60
	9	Evaluarea finală a grupului experimental	90	-	20	70
	10	Prelucrarea datelor căpătate în cadrul cercetării	110	-	20	90
	11	Evaluarea finală	60	-	10	50
		Total		900	-	210
Strategii de predare învățare în cadrul cursului /modulului	<p>Formele principale ale instruirii este seminarul. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a masteranzilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea stagiilor de practică de cercetare se realizează atât pe perioada de desfășurare a practicii, cât și la finalizarea acestei activități.</p> <p>Evaluarea curentă, pe durata practicii de cercetare, se efectuează de către conducătorul de practică și reprezentantul unității-baze de practică, luând în considerație participarea studentului la lucrările programate și formarea de către acesta a deprinderilor de executare sau coordonare a operațiunilor incluse în programul practicii.</p> <p>La evaluarea finală, stagiile de practică se apreciază cu note de către o comisie special creată de catedra de profil, ținând cont de referința coordonatorului din partea unității-baza de desfășurare a practicii despre activitatea stagiarului, calitatea susținerii publice a raportului, rezultatele realizării sarcinii individuale, aprecierea conducătorului de la catedra de profil.</p> <p>Evaluarea practicii de licență / master se face de către conducătorul de proiect în funcție de activitatea studentului în procesul de elaborare a proiectului și de caracteristica dată de conducerea unității-baze de practică. Nota conducătorului se prezintă în avizul acestuia la teza de licență /master.</p> <p>Totalizarea stagiilor de cercetare se efectuează în cadrul conferințelor, seminarelor și dezbaterilor, organizate în cadrul facultății sau la catedrele de profil, separat, pe specialități.</p> <p>Studentii, care nu au realizat integral planul de învățământ și nu au obținut creditele aferente tuturor unităților de curs /modulelor obligatorii și opționale și a stagiului de practică, nu sînt admiși la susținerea probelor examenului de licență și a proiectului /tezei de licență.</p>					
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%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Демченко, П., Гециу, А., Мокроусов, Е., Завалишка, А. Методология в физической культуре и основы статистического анализа, Учебник. Кишинев: 2019. 272 с. ISBN978-9975-131-74-2. 2. Zavalîșca, A., Demcenco, P. Metode matematico – analitice de cercetare pedagogică în cultura fizică. Îndrumar instructiv pentru instituțiile de învățământ superior de educație fizică. Chișinău, 2011. 490 p. ISBN 978-9975-51-219-0. 3. Zavalîșca, A., Demcenco, P. Monitorizarea dezvoltării fizice și pregătirii motorice a elevilor din școlile Republicii Moldova la etapa actuală. Lucrare instructiv metodică. Chișinău: Pontos, 2014. 130 p. ISBN 978-9975-51-597-9. 4. Iacob M. R. Cercetări privind modelarea biomecanică a sistemului locomotor uman cu aplicabilitate în recurarea medicală și sportive. București: Editura Casa Editorială Demiurg Plus, 2021. 221 p. ISBN 9789731522302 5. Manolescu M. Practica cercetării în științele educației. Probleme critice, diagnoza, acțiune. București: Editura Universitară, 2020. 412 p. ISBN 9786062811167. 6. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p.
---------------------------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu

