

## TEMATICĂ LICENȚA EFS 2018

### TEORIA ȘI METODICA EDUCAȚIEI FIZICE

#### A) CUNOȘTINȚE FUNDAMENTALE DIN TEORIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI

- I. Educația fizică și sportul ca activități sociale
  - I.1. Funcțiile educației fizice
  - I.2. Obiectivele educației fizice
- II. Noțiuni fundamentale ale Teoriei Educației Fizice și Sportului
  - II.1. Mișcarea (motricitatea) umană și componentele sale
  - II.2. Psihomotricitatea
  - II.3. Capacitatea motrice
  - II.4. Educația fizică
  - II.5. Sportul
- III. Mijloacele educației fizice și sportului
  - III.1. Mijloacele specifice (exercițiul fizic, aparatura de specialitate, mijloacele de refacere a capacității de efort)
  - III.2. Mijloacele nespecifice (factorii naturali de călire, factorii igienici, mijloacele împrumutate din alte domenii de activitate).
- IV. Conținutul procesului instructiv-educativ de educație fizică și sport
  - IV.1. Cunoștințele de specialitate
  - IV.2. Indicii somatici și funcționali ai organismului
  - IV.3. Calitățile motrice
  - IV.4. Priceperile și deprinderile motrice
  - IV.5. Elementele de conținut ale celorlalte laturi ale educației generale

#### B) FUNDAMENTE ALE DIDACTICII EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTIVE ȘCOLARE

- I. Lecția - forma de bază a organizării procesului de educație fizică și sportivă școlară
  - I.1. Tipologia lecției de educație fizică
  - I.2. Structura lecției de educație fizică
  - I.3. Pregătirea și conducerea lecției de educație fizică
  - I.4. Organizarea și desfășurarea lecției de educație fizică în condiții speciale
  - I.5. Particularități ale lecției desfășurate cu elevii cu dizabilități
  - I.6. Forme de organizare a colectivului de elevi
  - I.7. Procedee de organizare a exersării
  - I.8. Efortul în lecția de educație fizică
  - I.9. Densitatea lecției de educație fizică
- II. Cerințe specifice ale respectării principiilor didactice în activitatea de educație fizică și sportivă școlară.
- III. Jocurile de mișcare – mijloc al educației fizice școlare

#### C) METODICA PREDĂRII EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTIVE ȘCOLARE (DIDACTICA SPECIALITĂȚII)

- I. Metodica predării educației fizice și sportive școlare pe cicluri de învățământ
  - I.1. Educația fizică în învățământul preșcolar
  - I.2. Educația fizică în învățământul primar
  - I.3. Educația fizică în învățământul gimnazial
  - I.4. Educația fizică în învățământul liceal
  - I.5. Educația fizică în învățământul special

#### Bibliografie

1. Cârstea, Gh. (2000) - Teoria și metodica educației fizice și sportului, București.
2. Cătăneanu M. S., Dan D., (1997) - Jocuri de mișcare, Editura SITECH, Craiova.

3. Cătăneanu S. (1998) - Metodica predării educației fizice și sportive în învățământul preuniversitar – Editura Sietch, Craiova
4. Cătăneanu S. M. (2003) – Educația fizică în învățământul primar, ediția a-II-a – Teorie și metodică - Editura SITECH, Craiova.
5. Cătăneanu M., S., Ungureanu A. (2011) – Educație fizică și sportivă școlară – Teoria și metodică predării - Editura Universitaria Craiova.
6. Colibaba-Evuleț, D., Bota, I. (1998) - Jocuri sportive - Teorie și metodică, Ed. Aldin, București.
7. Dragnea, A., Bota Aura (1999) -Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, R.A. București
8. Dragnea A., și colaboratorii (2006) – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST București.
9. Ungureanu, Aurora, Ionescu, I., Lupu-Bangă, J., colaborator Cătăneanu S. (2008)– Ghid de practică pedagogică, Editura Universitaria Craiova.
10. Ungureanu, Aurora (2009) - Predarea lecției de educație fizică prin jocuri de mișcare – Editura Universitaria Craiova.
11. Ungureanu, Aurora (2009) - Metodica educației fizice și sportului - Editura Universitaria, Craiova.
12. Ungureanu, Aurora (2010) - Metodica educației fizice în învățământul preșcolar și primar - Editura Universitaria, Craiova.