



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICA București

CENTRUL UNIVERSITAR PITEȘTI
Facultatea de Științe, Educație Fizică și
Informatică



ADMITERE

la **STUDIILE UNIVERSITARE DE MASTER– Sesiunea 2026**

Programul de studii universitare de master:

ACTIVITĂȚI MOTRICE CURRICULARE ȘI EXTRACURRICULARE

1. *Proba 1 (Evaluarea cunoștințelor fundamentale, probă orală)*
2. *Proba 2 (Evaluarea motivației candidatului privind urmarea programului de studii universitare de master, probă orală)*

TEMATICA

pentru proba 1 de evaluare a cunoștințelor fundamentale

1. Educația fizică - definiție, caracteristici, subsistemele educației fizice.
2. Idealul educației fizice.
3. Funcțiile educației fizice.
4. Învățarea motrică. Deprinderile motrice: definiții, tipologie, caracteristici, etapele învățării motrice.
5. Procesul de transfer și interferență în formarea deprinderilor motrice.
6. Aptitudinile motrice viteza, rezistența, forța, îndemânarea - definiții, factori de condiționare/ determinare, forme de manifestare.
7. Mijloacele educației fizice și sportului.
8. Exercițiul fizic, mijloc specific al EFS.
9. Lecția de educație fizică, forma de bază a practicării exercițiilor fizice școlare.
10. Tipologia lecției de educație fizică.
11. Structura și conținutul lecției de educație fizică școlară.
12. Efortul în lecția de educație fizică.
13. Dinamica și dirijarea efortului în lecție sau în alte forme de organizare a practicării exercițiilor fizice.
14. Densitatea lecției de educație fizică.
15. Sistemul metodelor de instruire în educație fizică și sport – definiție, funcții, clasificarea metodelor, metode de predare/învățare utilizate în educație fizică și sport.
16. Principiile didactice cu aplicabilitate în educație fizică și sport.

17. Proiectarea activității în educația fizică școlară – etapele proiectării, documentele de proiectare didactică globală și eșalonată (plan cadru de învățământ, programa școlară pentru educație fizică și sport, plan anual, plan semestrial, unitate de învățare, proiect didactic).
18. Evidența în lecția de educație fizică și sport – tipologie, documentele de evidență, metode de realizare a evidenței școlare.
19. Metodologia de evaluare în educație fizică și sport.

Bibliografie

1. Ariile curriculare de educație fizică și sport (în vigoare), www.edu.ro
2. Bădescu V. (2006) – Înot – curs de perfecționare, Pitesti, Editura Paralela 45.
3. Cârstea Gh. (1999) – Metodica educației fizice școlare, București, A.N.E.F.S.
4. Cârstea Gh. (2000) – Teoria și metodica educației fizice și sportului, București, Editura AN-DA.
5. Crețu M. (2006) - Gimnastica de bază, metodica organizării, dezvoltării fizice generale și a capacității aplicative, Pitesti, Editura Universității din Pitesti.
6. Crețu M. (2006) - Bazele metodice ale pregătirii tehnice în gimnastica artistică masculină, Îndrumar practico-metodic, Pitesti, Editura Universității din Pitesti.
7. Criteriile de notare la clasa a V-a și a VIII-a, www.edu.ro
8. Dragnea A. (1996) – Antrenamentul sportiv, București, Editura Didactică și Pedagogică.
9. Dragnea A. (coord.9 (2002) – Teoria educației fizice și sportului, București, Editura FEST.
10. Dragnea A., Bota A. (1999) – Teoria activităților motrice, București, Editura Didactică și Pedagogică.
11. Dragnea A., Teodorescu S. (2009) – Teoria sportului, București, Editura FEST.
12. Firea E. (2003) – Metodica educației fizice școlare, București, Universitatea Ecologică.
13. Fleancu J.L. (2001) – Baschet. Îndrumar practico-metodic, Pitesti, Editura Cultura.
14. Fleancu J.L. (2007) – Metodica predării baschetului, Craiova, Editura Universitaria.
15. Fleancu J.L. (2007) – Baschet – curs de perfecționare, Craiova, Editura Universitaria.
16. Ghidurile metodologice de aplicare a programelor de educație fizică și sport (2000) (2001) MEC-SNEE.
17. Grigore V. (2003) – Gimnastica. Manual pentru cursul de bază, București, Editura Bren.
18. Macri A.C. , 2002, Regulament, terenuri, materiale, instalații de atletism, Ed. Universității din Pitesti;
19. Macri A.C., 2002, Atletismul pentru școlari, Ed. Universității din Pitesti;
20. Macri A.C., 2007, Atletism, Tehnica și metodica exercițiilor atletice, Universitaria Craiova;
21. Macri A.C., 2022: Suport informational seminar Teoria Educației Fizice Și Sportului, uz intern
22. Macri A.C., 2023 Teoria și practica atletismului Suport de curs, Editura Akakia București
23. Mihăilă I. (2004) – Handbal – curs teoretic, Editura Universității din Pitesti.
24. Mihăilă I., Preda C. (2002) – Handbal – tehnica și metodica jocului, Pitesti, Editura Powe Flower.

25. Mihăilă I., Preda C. (2006) – Handbal – Îndrumar practico-metodic, Craiova, Editura Universitaria.
26. Mihăilă I. (2006) – Evaluarea si selecția în pregătirea handbalistilor de performanță Craiova, Editura Universitaria.
27. Mihăilescu L. (2001) – Atletism în școală, Editura Universității din Pitesti.
28. Mihăilescu L. (2005) – Teoria (filosofia) educației fizice si sportului, Note de curs, Editura Universității din Pitesti.
29. Motroc I. (1996) – Fotbal la copii si juniori, Bucuresti, Editura Didactică si Pedagogică.
30. Negulescu I. (2000) – Handbal, tehnica jocului, Bucuresti.
31. Niculescu I. (2006) – Psihomotricitatea în jocul de volei, Craiova, Editura Universitaria.
32. Niculescu I. (2006) – Evaluare motrică si somato-funcțională, Craiova, Editura Universitaria.
33. Niculescu I. (2006) – Istoria educației fizice si sportului, Craiova, Editura Universitaria.
34. Niculescu I. (2006) – Volei – Curs, Craiova, Editura Universitaria.
35. Niculescu M. (1998) - Metodica predării jocului de volei, Editura Universității din Pitesti.
36. Niculescu M. (1999) - Volei – Tehnică si tactică, Editura Universității din Pitesti.
37. Niculescu M., Georgescu L., Marinescu A. (2006) – Condiția fizică si starea de sănătate, Craiova, Editura Universitaria.
38. Predescu T., Moanță A. (2001) – Baschetul în școală. Instruire – învățare, Bucuresti, Editura Semne.
39. Rață G. (2004) – Didactica educației fizice si sportului, Bacău, Editura Alma Mater.
40. Rață G. (2004) – Metodica educației fizice si sportului, Bacău, Editura Alma Mater.
41. Simion Gh. (1998) – Exerciții gimnice în lecția de educație fizică școlară, Editura Universității din Pitesti.
42. Sistemul național școlar de evaluare la educație fizică si sport (1999), Bucuresti.
43. Solomon M., Grigore V., Bedo C. (1996) – Gimnastica, Târgoviste, Dom Impex.
44. Sufariu N. (1993) – Baschet. Curs de bază, Editura Universității din Pitesti.
45. Cerghit I. (coord.9 (1988) – Curs de pedagogie, Bucuresti, T.U.B.
46. Crețu M. (2006) - Gimnastica artistică, curs de perfecționare, Pitesti, Editura Universității din Pitesti.
47. Colibaba Evuleț D. (2002) – Baschet. Note de curs, Editura Universității din Pitesti.
48. Colibaba Evuleț D. (1998) – Jocuri sportive. Teorie si metodică, Bucuresti, Editura Aldin.
49. Fleancu J.L. (2007) – Măsurare si evaluare în jocul de baschet, Craiova, Editura Universitaria.
50. Ionescu M., Radu I. (1995) – Didactica modernă, Cluj, Editura Dacia.
51. Niculescu I. (2003) – Jocuri dinamice, Editura Universității din Pitesti.
52. Niculescu M., Vladu L. (2005) – Volei de la A la Z, Pitesti, Editura Universității din Pitesti.
53. Niculescu M., Mateescu A., Crețu M., Trăilă H. (2006) – Bazele științifice si aplicative ale pregătirii musculare, Craiova, Editura Universitaria.
54. Stoica A. (coord.) (2001) – Evaluarea curentă si examenele, Ghid pentru profesori, Bucuresti, Editura Prognosis.
55. Stoica A. (2003) – Evaluarea progresului școlar. De la teorie la practică, Bucuresti, Humanitas Educațional.