



PROGRAMUL DE STUDIU: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

TEMATICA ȘI BIBLIOGRAFIA EXAMENULUI DE LICENȚĂ SESIUNEA IULIE 2022

TEMATICA EXAMENULUI ORAL ȘI BIBLIOGRAFIA

TEORIA ȘI METODICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI (EFS)

1. Obiectivele educației fizice și sportului.

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag. 5-6.

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag. 29-34.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Dragnea, A., coord. Editura Fest, București, 2002, pag. 68-74.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Cârstea Gh., 2000, Editura Anda, București pag.42-44.

2. Funcțiile educației fizice și sportului.

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului - Note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag. 13-14.

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag. 39-47.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Dragnea, A., coord. Editura Fest, București, 2002, pag. 126-139.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Cârstea Gh., 2000, Editura Anda, București pag.39-42.

3. Componentele proceselor de educație fizică și sport.

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 24-46.

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag. 72-81.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Dragnea, A., coord. Editura Fest, București, 2002, pag. 126-139.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Cârstea Gh., 2000, Editura Anda, București pag.58-90.





4. Principiile de instruire în educația fizică.

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 48-51.

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag.84-94.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Dragnea, A., coord. Editura Fest, București, 2002, pag. 224-226.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Cârstea Gh., 2000, Editura Anda, București pag.90-101.

5. Sistemul metodelor și mijloacelor utilizate în educație fizică și sport.

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag. 95-101; 113-119.

Teoria și metodica educației fizice și sportului, Dragnea, A., coord. Editura Fest, București, 2002, pag. 166-186.

6. Lectia de educatie fizica

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 60-63. Teoria și practica activității motrice umane, Neagu Nicolae, 2010, Editura University Press, Tîrgu Mureș

7. Efortul și densitatea în lecția de educatie fizica

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 63-67.

Teoria și metodica educației fizice și sportului – curs universitar, Șerbănoiu S., Tudor V., București 2007, pag. 125-129.

8. Evaluarea în lecția de educatie fizica

Bibliografie:

Teoria și metodica educației fizice și sportului, note de curs. Bădău, D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 85-90.

Constantin, Filip at al. (1999), Sistemul Național școlar de evaluare la disciplina Educație Fizică și Sport, Ministerul Educației Naționale, Serviciul Național de Evaluare și Examinare, București, pag. 5-19.





MĂSURARE ȘI EVALUARE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

1. Măsurători antropometrice cu aplicabilitate în educație fizică și sport

Bibliografie:

Bădău A, Bădău D. (2021), Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice, note curs, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 29-48

Neagu, N. (2014), Biometrie umană, Vol. I, *Antropometria*, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 82-201.

2. Evaluarea calităților motrice, cu aplicabilitate în educație fizică și sport

Bibliografie:

Bădău A, Bădău D. (2021), Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice, note curs, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 58-88

Neagu, N., Făgăraș, S. (2014), *Protocoale și tehnici de evaluare în fizioterapie și educație fizică și sport*, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 95-100.

3. Evaluarea capacității funcționale

Bibliografie:

Bădău A, Bădău D. (2021), Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice, note curs, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 51-57

Neagu, N., Făgăraș, S. (2014), *Protocoale și tehnici de evaluare în fizioterapie și educație fizică și sport*, Editura University Press Tîrgu Mureș, pag. 139-146.

TEORIA ȘI METODICA DISCIPLINELOR SPORTIVE

ATLETISM

1. Succesiunea generală a învățării exercițiilor de atletism – etapele învățării: etapa pregătitoare, etapa fundamentală, etapa finală.

Bibliografie:

Szabo-Csifo Barna (2019) Bazele Atletismului în Kinetoterapie, Editura: Risoprint Cluj Napoca, pag. 5-9

Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, ATLETISM 1, Universitatea de Medicină și Farmacie, TÎRGU-MUREȘ, 2010, pag. 53

2. Inițierea în atletism - școala alergării (obiective, mijloace).

Bibliografie:

Szabo-Csifo Barna (2019) Bazele Atletismului în Kinetoterapie, Editura: Risoprint Cluj Napoca, pag. 20-26

Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, ATLETISM 1, Universitatea de Medicină și Farmacie, TÎRGU-MUREȘ, 2010, pag. 53





3. Inițierea în atletism - școala săriturii (obiective, mijloace).

Bibliografie:

Graur Cristian, Atletism, Îndrumar de lucrări practice, Universitatea de Medicină și Farmacie, Tîrgu-Mureș, 2013, pag. 8 – 11, 22, 33 – 35, 37, 47 – 48, 51 – 52, 55 – 56

4. Inițierea în atletism - școala aruncării (obiective, mijloace).

Bibliografie:

MDS Atletice. Curs pentru studenții anului I, Stoica M., ANEFS, București, 2007, pag. 21 – 23.
Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, Atletism 2, Universitatea de Medicină și Farmacie, Tîrgu-Mureș, 2010, pag. 41 – 49
Graur Cristian, Atletism, Îndrumar de lucrări practice, Universitatea de Medicină și Farmacie, Tîrgu-Mureș, 2013, pag. 12 – 13, 23 – 26, 36, 37 – 40, 45 -46, 53 -54

5. Metodica predării probelor de alergări: alergarea de rezistență, alergarea de viteză, alergarea de ștafetă.

Bibliografie:

Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, Atletism 1, Universitatea de Medicină și Farmacie, Tîrgu-Mureș, 2010, pag. 52 - 56
Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, Atletism 2, Universitatea de Medicină și Farmacie, Tîrgu-Mureș, 2010, pag. 8, 21-23

6. Metodica predării probelor de sărituri: săritura în lungime cu 1 ½ în zbor.

Bibliografie:

Szabo-Csifo Barna (2019) Bazele Atletismului în Kinetoterapie, Editura: Risoprint Cluj Napoca, pag. 41-58
Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, ATLETISM 1, Universitatea de Medicină și Farmacie, TÎRGU-MUREȘ, 2010, pag. 53
Graur Cristian, Szabo-Csifo Barna (2019) Tehnici de monitorizare a parametrilor de forță explozivă și viteză specifică în proba de săritură cu prăjina, Editura: Risoprint Cluj Napoca

7. Metodica predării probelor de sărituri: înălțime cu pășire, rostogolire ventrală, răsturnare dorsală.

Bibliografie:

Szabo-Csifo Barna (2019) Bazele Atletismului în Kinetoterapie, Editura: Risoprint Cluj Napoca, pag. 41-59
Burcă Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura, ATLETISM 1, Universitatea de Medicină și Farmacie, TÎRGU-MUREȘ, 2010, pag. 53
Graur Cristian, Szabo-Csifo Barna (2019) Tehnici de monitorizare a parametrilor de forță explozivă și viteză specifică în proba de săritură cu prăjina, Editura: Risoprint Cluj Napoca

GIMNASTICĂ DE BAZĂ

1. Pozițiile fundamentale și derivate ale corpului .

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF T irgu Mures, 2012, pag. 7-12.





2. Pozițiile și mișcările segmentelor corpului.

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 12-15.

3. Exercițiile de dezvoltare fizică generală.

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 33-43.

4. Exercițiile aplicative.

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 44-53.

GIMNASTICĂ ACROBATICĂ ȘI SĂRITURI

1. Tehnica de execuție și metodică învățării elementelor acrobatice statice

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 78-86.

2. Tehnica de execuție și metodică învățării elementelor acrobatice dinamice

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 86-95.

3. Tehnica de execuție și metodică învățării săriturilor cu sprijin

Bibliografie:

Gimnastica în școală – fundamente teoretice și practico-metodice, note de curs, Bădău D., Bădău A.; UMF Tirgu Mures, 2012, pag. 101-105.

BASCHET

1. Metodică învățării elementelor tehnice fără minge din jocul de baschet.

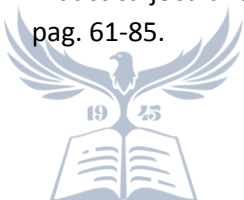
Bibliografie:

Didactica jocului de baschet, Pia Simona Făgăraș, Editura Universitatii “Alexandru Ioan Cuza” Iasi, 2014, pag. 49-61.

2. Metodică învățării elementelor tehnice cu minge.

Bibliografie:

Didactica jocului de baschet, Pia Simona Făgăraș, Editura Universitatii “Alexandru Ioan Cuza” Iasi, 2014, pag. 61-85.





3. Metodica învățării aruncării la coș.

Bibliografie:

Didactica jocului de baschet, Pia Simona Făgăraș, Editura Universitatii “Alexandru Ioan Cuza”Iasi, 2014, pag. 85 -100.

4. Metodica învățării tacticii în jocul de baschet

Bibliografie:

Didactica jocului de baschet, Pia Simona Făgăraș, Editura Universitatii “Alexandru Ioan Cuza”Iasi, 2014, pag. 100-123, 123-143.

FOTBAL

1. Tehnica specifică jocului cu minge (intrarea în posesia mingii, păstrarea mingii): taxonomie descriptivă, biomecanica mișcării, utilizare, greșeli de execuție, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Balint A., *Fotbal*, Tehnoredactare computerizată, București, 2000, pg. 164-247.

Drăgan A., Țurcanu F., *Fotbal. Teorie și metodică*, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014, pg. 21-33; 51-57.

Țurcanu F., *Fotbal. Fundamente stiintifice*, Note de curs, University Press, Tirgu Mures, 2013, pg. 14-29.

2. Tehnica specifică jocului cu minge (transmiterea mingii): taxonomie descriptivă, biomecanica mișcării, utilizare, greșeli de execuție, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Balint A., *Fotbal*, Tehnoredactare computerizată, București, 2000, pg. 100-164.

Drăgan A., Țurcanu F., *Fotbal. Teorie și metodică*, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014, pg. 33-50; 57-59.

Țurcanu F., *Fotbal. Fundamente stiintifice*, Note de curs, University Press, Tirgu Mures, 2013, pg. 29-43.

3. Tehnica specifică jocului portarului: taxonomie descriptivă, biomecanica mișcării, utilizare, greșeli de execuție, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Balint A., *Fotbal*, Tehnoredactare computerizată, București, 2000, pg. 251-285.

Drăgan A., Țurcanu F., *Fotbal. Teorie și metodică*, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014, pg. 59-71.

Țurcanu F., *Fotbal. Fundamente stiintifice*, Note de curs, University Press, Tirgu Mures, 2013, pg. 44-56.

4. Tactica specifică în atac (fazele atacului, formele atacului, acțiuni tactice colective în atac, acțiuni tactice individuale în atac): exemplificare, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Balint A., *Fotbal*, Tehnoredactare computerizată, București, 2000, pg. 321-327.





Drăgan A., Țurcanu F., *Fotbal. Teorie și metodică*, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014, pg. 86-90.

Țurcanu F., *Fotbal. Fundamente științifice*, Note de curs, University Press, Tirgu Mures, 2013, pg. 57-72.

5. Tactica specifică în apărare (fazele apărării, formele apărării, acțiuni tactice colective în apărare, acțiuni tactice individuale în apărare): exemplificare, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Balint A., *Fotbal*, Tehnoredactare computerizată, București, 2000, pg. 321-327.

Drăgan A., Țurcanu F., *Fotbal. Teorie și metodică*, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014, pg. 91-96.

Țurcanu F., *Fotbal. Fundamente științifice*, Note de curs, University Press, Tirgu Mures, 2013, pg. 72-81.

HANDBAL

1. Fazele jocului în handbal și conținutul acestora în atac și apărare.

Bibliografie:

Handbal, note de curs, Bădău D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 37-40.

Metodica disciplinei sportive jocuri de echipa - Handbal, Bădău D., 2007, Editura Universității Transilvania din Brașov, pag 13-16.

2. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnico-tactice de atac.

Bibliografie:

Handbal, note de curs, Bădău D., 2014, UMF Tîrgu Mureș, pag 60-63.

Metodica disciplinei sportive jocuri de echipa - Handbal, Bădău D., 2007, Editura Universității Transilvania din Brașov, pag 99-104.

Teoria și metodica handbalului; Ghermănescu K. J., Gogâltan V., Jianu E., Negulescu I., Ed. Didactică și Pedagogică, București 1983, pag. 37-56.

3. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnico-tactice de apărare.

Bibliografie:

Metodica disciplinei sportive jocuri de echipa - Handbal, Bădău D., 2007, Editura Universității Transilvania din Brașov, pag 105-107.

Teoria și metodica handbalului; Ghermănescu K. J., Gogâltan V., Jianu E., Negulescu I., Ed. Didactică și Pedagogică, București 1983, pag. 122-123.

VOLEI

1. Tehnica jocului de volei – elemente și procedee tehnice fără minge (pozițiile fundamentale, deplasările în teren): taxonomie descriptivă, biomecanica mișcării.

Bibliografie:

Țurcanu F., Țurcanu D.S., *TMDS – Volei*, Note de curs, Litografiat UMF Tg. Mureș, 2010, pg. 40-41.





Ungur Natalia Ramona, Bădău Adela (2015) *Tehnologii inovative în volei*, Ed. University Press din Tîrgu Mureș, pag. 7-12

2. Tehnica jocului de volei – elemente și procedee tehnice cu minge (serviciul, preluarea, ridicarea pentru atac, lovitura de atac, blocajul, plonjonul): taxonomie descriptivă, biomecanica mișcării, greșeli de execuție, sisteme de acționare.

Bibliografie:

Drăgan A., *Volei – Noțiuni de bază*, Editura Fundației România de Măine, București, 2000, pg. 48-63. Rusu F., *Curs de volei*, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca, 2007, pg. 14-22.

Țurcanu F., Țurcanu D.S., *TMDS – Volei*, Note de curs, Litografiat UMF Tg. Mureș, 2010, pg. 41-54.

3. Tactica individuală a jocului de volei: în atac (serviciul) și în apărare (preluarea din atac, preluarea din serviciu, blocajul individual, autodublajul).

Bibliografie:

Drăgan A., *Volei – Noțiuni de bază*, Editura Fundației România de Măine, București, 2000, pg. 74-77. Rusu F., *Curs de volei*, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca, 2007, pg. 13-14.

Țurcanu F., Țurcanu D.S., *TMDS – Volei*, Note de curs, Litografiat UMF Tg. Mureș, 2010, pg. 75-83.

4. Tactica colectivă a jocului de volei: în atac (sisteme de joc, combinații în atac, așezarea în teren la efectuarea serviciului) și în apărare (sisteme de joc, așezarea în teren la preluarea din serviciu).

Bibliografie:

Drăgan A., *Volei – Noțiuni de bază*, Editura Fundației România de Măine, București, 2000, pg. 77-93. Rusu F., *Curs de volei*, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca, 2007, pg. 22-33.

Țurcanu F., Țurcanu D.S., *TMDS – Volei*, Note de curs, Litografiat UMF Tg. Mureș, 2010, pg. 75-83.

5. Cerințe metodice ale predării voleiului în școală la clasele V-VIII (particularități morfofuncționale, Modelul I și II de pregătire, jocul de volei în lecția de educație fizică).

Bibliografie:

Drăgan A., *Volei – Noțiuni de bază*, Editura Fundației România de Măine, București, 2000, pg. 101-108. Rusu F., *Curs de volei*, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca, 2007, pg. 37-42.

Țurcanu F., Țurcanu D.S., *TMDS – Volei*, Note de curs, Litografiat UMF Tg. Mureș, 2010, pg. 105-111.

APROBAT de Consiliul Facultății în urma votului on-line din 21-22 februarie 2022.

