

### FIȘA DISCIPLINEI\*

#### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
Facultatea	De Științe
Departament	Științele mediului, Fizica și Educație Fizică și Sport
Domeniul de studiu	Știința Sportului și Educației Fizice
Ciclul de studii	Master
Specializarea	Antrenament și performanță

#### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Cercetarea științifică în sportul de performanță			
Codul cursului	Tipul cursului	An de studiu	Semestrul	Număr de credite
380617D01I005	Dd	I	I	6
Tipul de evaluare	Categoriza formativă a disciplinei			
Examen	DD=domeniu			
Titular activități curs	Conferențiar univ.dr. Bădescu Delia			
Titular activități seminar / laborator / proiect	Conferențiar univ.dr. Bădescu Delia			

#### 3. Timpul total estimat

Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total
1	1			2
Extinderea disciplinei în planul de învățământ – Total ore din planul de învățământ				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total (NOAD <sub>sem</sub> )
14	14			28
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual				Nr.ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe				56
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren				28
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri				14
Tutoriat:				
Examinări:				14
Total ore alocate studiului individual (NOSI <sub>sem</sub> )				112
<b>Total ore pe semestru (NOAD<sub>sem</sub> + NOSI<sub>sem</sub>)</b>				<b>154</b>

#### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

De curriculum	
De competențe	

#### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

De desfășurare a cursului	Baza didactică a ULBS
De desfășurare a sem/lab/pr	Baza didactică a ULBS

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>deprinderi și abilități de transpunere în practică a cunoștințelor dobândite;</li> <li>cunoașterea aprofundată a conceptelor de cercetare științifică adaptată la performanță sportivă și a dezvoltării acestora din punct de vedere teoretic și metodologic;</li> <li>utilizarea cunoștințelor dobândite în situații inedite dictate de specificul antrenamentului și competiției, precum și în rezolvarea unor probleme teoretice și practice noi;</li> <li>deprinderi și abilități necesare pentru realizarea unor proiecte profesionale și de cercetare;</li> <li>capacitatea de a formula judecăți de valoare și decizii constructive referitoare la cercetarea științifică în sportul de performanță.</li> </ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> <li>utilizarea adecvată a limbajului specific în procesul de comunicare cu specialiști din alte domenii, pentru a rezulta caracteristica de interdisciplinaritate;</li> <li>abilitatea de a lucra într-un context internațional, comportament etic;</li> <li>capacitatea de a lucra în echipă;</li> <li>înțelegerea importanței procesului de cunoaștere a sportivilor în contextul instrucției și educației, în scopul eficientizării procesului de antrenament sportiv</li> <li>formarea capacității de a analiza și înțelege unitatea politicilor și a strategiilor referitoare la sănătate, educație și sport la nivel european, ca o consecință a alinierii României la standardele europene.</li> </ul>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Însușirea și aplicarea metodelor cercetării științifice asupra componentelor specifice activității sportive de performanță</li> </ul>
Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>Însușirea și aplicarea tehnicilor de îmbunătățire a performanțelor sportive prin cunoașterea metodelor moderne de cercetare științifică; analiză și interpretare a rezultatelor obținute;</li> <li>Identificarea posibilităților de intervenție pentru ameliorarea unor componente în activitatea performanțial-sportivă.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

Curs		Nr. ore
Curs 1	Curs introductiv, prezentarea principalelor teme de studiu, prezentarea cerințelor	1
Curs 2	Necesitatea și rolul cercetării științifice în sportul de performanță	1
Curs 3	Dinamica și eficiența antrenamentului de mare performanță	1
Curs 4	Rolul și importanța previziunii și predicției în antrenamentul de mare performanță	1
Curs 5	Abordarea sistemică a antrenamentului sportiv	1
Curs 6-7	Aplicații ale științei avansate în sportul de performanță	2
Curs 8	Utilizarea simulatoarelor în pregătirea sportivilor	1



# ULBS

Universitatea "Lucian Blaga" din Sibiu

Ministerul Educației Naționale

Universitatea "Lucian Blaga" din Sibiu

Facultatea de Științe

Curs 9	Simularea prin model matematic cu ajutorul calculatorului; realizarea modelului biomecanic al pasului de marș	1
Curs 10-11-12-13	Asistența științifică: Analiza video, Biomotrie, indicatori biochimici	4
Curs 14	Modelare și simulare dinamică în Catia V5. Analiza prin intermediul modulului „DMU Kinematics”	1
<b>Total ore curs:</b>		<b>14</b>
<b>Seminar/Laborator</b>		<b>Nr. ore</b>
Sem 1-2	Prezentarea fișei disciplinei și a principalelor teme de seminar, prezentarea cerințelor	2
Sem 3-4-5-6-7-8	Prezentarea unor modalități de aplicații practice ale cunoștințelor teoretice prezentate la cursuri	6
Sem 9-10-11-12-13-14	Întocmirea și prezentarea de referate cu teme din conținutul cursurilor; studiu de caz	6
<b>Total ore seminar/laborator</b>		<b>14</b>

#### Metode de predare

la curs: PowerPoint, prelegere, conversație euristică, explicație	la seminar: Power point, problematizarea, conversația euristică, demonstrația, dezbateră, dialogul interactiv, studiul de caz, brainstormingul
---	--

#### Bibliografie

Referințe bibliografice recomandate	Bădescu Delia – Cercetarea științifică în sportul de performanță, note de curs
	Enăchescu C-tin – <i>Tratat de teoria cercetării științifice</i> , Ediția a IIa, editura Polirom, București, 2007
	Epuran, Mihai - <i>Metodologia cercetării activităților corporale</i> , Editura FEST, București, 2005
Referințe bibliografice suplimentare	Gagea Adrian – <i>Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport</i> , Editura Fundației "România de mâine", București, 1999;
	Niculescu Marian – <i>Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport</i> , Editura BREN, București, 2003 ;
	Marolicaru Mariana – <i>Metodologia cercetării activităților corporale</i> , Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 1998.

### 9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Se realizează prin contacte periodice cu aceștia în vederea analizei problemei. Disciplina corespunde standardelor generale ale domeniului; conținutul disciplinei este coroborat cu cerințele ME. Toate problemele propuse și rezolvate sunt din domeniul specific calificării și profesiei viitoare a studenților.

## 10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Ponderea în nota finală	Obs.**
Curs	Dobandirea de cunostinte specifice teoretice privind aplicații ale cercetării științifice în sportul de performanță.	Verificare pe parcursul semestrului (oral)	10%	CEF
Laborator	Dobandirea de cunostinte specifice teoretice si practice privind aplicarea cercetărilor științifice în sportul de performanță.	Realizarea unui portofoliu de prezentare a diverselor activități realizate, precum și referate scrise cu tematici specifice domeniului	90%	CEF

Standard minim de performanță: Participarea la minimum 50% din activități; Cunoștințe teoretice și aplicative la nivel, minimal

- Modul de examinare este examenul scris și prezentare power point a referatului, la sfârșit de semestru, corelat cu aprecierile asupra performanțelor dobândite la orele de seminar. Echipe de 4-5 studenți primesc o temă de referat, pe care trebuie să-l realizeze în timpul orelor de seminar și să-l prezinte la examen.
- Participarea la minimum 50% din activități;

Cunoștințe teoretice și aplicative la nivel, minimal

(\*) Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

(\*\*) CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală;

Data completării: 25.09.2018

Data avizării în Departament: 01.10.2018

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Conferențiar univ.dr. Bădescu Delia	
Director de departament	Lector univ. dr. Voichița Gheoca	