

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2026-2027

Anul de studiu II / Semestrul I

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii	Masterat
1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO	Educație Fizică Școlară și Activități Extracurriculare 233001 – Profesor în învățământul liceal, postliceal 233002 – Profesor în învățământul gimnazial

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Antropologie motrică			2.2. Cod disciplină	EFSAE II 2		
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Hăisan Angel-Alex						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Conf. univ. dr. Hăisan Angel-Alex						
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	
							O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe saptamana	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					22
d. Tutoriat					0
e. Examinări					2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)					0

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c)	108
3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4)	42
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	150
3.10 Numărul de credite**	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Organizarea activităților instructiv-educative: studenții se vor prezenta la cursuri/seminarii cu telefoanele mobile date pe silentios. Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional. Necesarul de mijloace și materiale: sală care să acomodeze cel puțin 100 de persoane, dotată cu proiector și ecran de proiecție. În condițiile desfășurării online pe platforma TEAMS camerele video vor fi deschise.
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Organizarea activităților instructiv-educative: studenții se vor prezenta conform orarului, fără a schimba grupele în sala de sport sau stadion. Necesarul de mijloace și materiale: materiale didactice și alte materiale auxiliare. În condițiile desfășurării online pe platforma TEAMS camerele video vor fi deschise.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe/rezultate ale învățării	<i>CP1 – Adaptează strategia didactică la abilitățile elevilor și studenților. CP3 – Oferă feedback constructiv. CP5 – Ilustrează cu exemple în timpul activității didactice.</i>
Competențe transversale	<i>Nu este cazul</i>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<p>Studenții vor dobândi cunoștințe de bază despre modul în care caracteristicile biologice, culturale și sociale influențează motricitatea umană. Se pune accent pe înțelegerea influențelor genetice, fiziologice și de mediu asupra dezvoltării abilităților motrice.</p> <p>Studenții vor explora variațiile motrice în funcție de factori biologici, cum ar fi vârsta, sexul și constituția fizică, dar și de factori socio-culturali, cum ar fi obiceiurile, tradițiile și mediul înconjurător. Vor învăța să observe și să interpreteze diferențele de motricitate în diverse grupuri și contexte.</p> <p>Studenții vor învăța să privească mișcarea dintr-o perspectivă interdisciplinară, integrând aspecte din biologie, sociologie, psihologie și antropologie. Acest obiectiv urmărește formarea unei viziuni cuprinzătoare asupra mișcării umane și a factorilor care o influențează.</p> <p>Studenții vor învăța să aplice conceptele antropologice în proiectarea activităților fizice și a programelor educaționale, adaptându-le în funcție de diversitatea caracteristicilor individuale și de grup. Se va pune accent pe personalizarea activităților pentru a răspunde nevoilor specifice ale fiecărui elev.</p> <p>Studenții vor explora modul în care cultura, normele sociale și valorile comunitare influențează practicile de educație fizică și activitățile sportive. Vor învăța să identifice influențele culturale asupra preferințelor pentru anumite tipuri de mișcare și asupra stilurilor de antrenament.</p>
7.2 Obiectivele specifice	<p>Studenții vor învăța să identifice și să explice modul în care factori genetici, fiziologici și structurali, cum ar fi compoziția corporală și tipul somatic, influențează performanțele motrice.</p> <p>Vor dezvolta abilități de a evalua caracteristicile antropometrice și de a interpreta modul în care acestea afectează capacitățile fizice și motrice.</p> <p>Vor explora modul în care tradițiile, obiceiurile și normele sociale influențează preferințele pentru anumite activități fizice și modele de mișcare.</p> <p>Studenții vor învăța să identifice și să adapteze activitățile fizice astfel încât acestea să fie relevante și accesibile în diferite contexte culturale.</p> <p>Vor învăța să observe și să evalueze diferențele motrice dintre indivizi și grupuri, analizând variațiile de motricitate în funcție de sex, vârstă, constituție fizică și mediul socio-cultural.</p> <p>Studenții vor dezvolta capacitatea de a analiza și a adapta activitățile fizice în funcție de caracteristicile specifice fiecărui grup de participanți.</p> <p>Vor învăța să utilizeze datele antropologice și motrice pentru a concepe programe de educație fizică personalizate, care să răspundă diversității caracteristicilor elevilor.</p> <p>Studenții vor învăța să creeze activități care să promoveze dezvoltarea motrică armonioasă, având în vedere particularitățile biologice și culturale.</p>

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Introducere în antropologie motrică.</i> 2. <i>Evoluția mișcării umane.</i> 3. <i>Ontogeneza mișcării umane.</i> 4. <i>Filogeneza mișcării umane.</i> 5. <i>Cultura și mișcarea umană.</i> 6. <i>Societatea și mișcarea umană.</i> 7. <i>Psihologia mișcării umane.</i> 8. <i>Neuroștiința mișcării umane.</i> 9. <i>Biomecanica mișcării umane.</i> 10. <i>Kinesiologia mișcării umane.</i> 11. <i>Antropologia mișcării umane.</i> 12. <i>Cercetare în antropologia motrică.</i> 13. <i>Aplicații ale antropologiei motrice.</i> 14. <i>Recapitulare și concluzii.</i> 	<i>Prelegere, discuții</i>	<i>2 ore fizice</i>
Bibliografie Mircea I., (1986). Antropologie motrica, Editura Stiintifica si Enciclopedica, Bucuresti Harari, Y. N., (2015). Sapiens: A Brief History of Humankind, Publisher Harper, ISBN 978-0062316097		

Singer, M., Baer, H., Long, D., Pavlotski, A., (2019). <i>Introducing Medical Anthropology A Discipline in Action</i> , Publisher Rowman & Littlefield Publishers, ISBN 978-1-5381-0647-1		
Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014). <i>Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product</i> .		
8.2. Seminar-laborator		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Definiții, concepte și domenii de studiu; Istoria antropologiei motrice. 2. Adaptarea biologică la mișcare; Variabilitatea motrică umană. 3. Dezvoltarea motrică a copilului; Influența mediului asupra dezvoltării motrice. 4. Comparație între mișcarea umană și cea a altor specii; Evoluția locomoției umane. 5. Diversitatea culturală a mișcării; Influența culturii asupra dezvoltării și performanței motrice. 6. Rolul mișcării în societate; Inegalitățile sociale și mișcarea umană. 7. Percepția și controlul motric; Motivația pentru mișcare. 8. Structura și funcția sistemului nervos motor; Bazele neurologice ale mișcării. 9. Principiile biomecanice; Analiza mișcării umane. 10. Mecanica mișcării umane; Tipuri de mișcare umană. 11. Măsurarea dimensiunilor corpului uman; Aplicațiile antropometrice în mișcarea umană. 12. Metode de cercetare în antropologia motrică; Etica cercetării în antropologia motrică. 13. Antropologia motrică în sport, educație și reabilitare. 14. Perspective de viitor pentru antropologia motrică. 	Exemplificare practică, însoțită de discuții.	1 ore fizice
Bibliografie Mircea I., (1986). <i>Antropologie motrice</i> , Editura Stiintifica si Enciclopedica, Bucuresti Harari, Y. N., (2015). <i>Sapiens: A Brief History of Humankind</i> , Publisher Harper, ISBN 978-0062316097 Singer, M., Baer, H., Long, D., Pavlotski, A., (2019). <i>Introducing Medical Anthropology A Discipline in Action</i> , Publisher Rowman & Littlefield Publishers, ISBN 978-1-5381-0647-1 Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014). <i>Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product</i> .		

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

<p>Alinierea la standardele și cerințele științifice internaționale în antropologie și educație fizică: Conținuturile disciplinei sunt dezvoltate pe baza cercetărilor și standardelor internaționale în antropologia motrică, în conformitate cu recomandările organizațiilor științifice de prestigiu, cum ar fi <i>Societatea Internațională de Antropologie Fizică</i> și <i>Societatea pentru Studiul Antropologiei Mișcării</i>. Aceasta asigură că studenții sunt instruiți conform celor mai bune practici din domeniu. Se includ studii de caz și cercetări validate științific, oferindu-le studenților o bază teoretică solidă și actualizată în domeniul antropologiei motrice.</p> <p>Consultarea cu asociațiile profesionale de educație fizică și antropologie: Conținuturile sunt ajustate prin colaborarea cu asociații profesionale din educația fizică și sport, care oferă recomandări pentru integrarea aspectelor antropologice în activitățile sportive și educative. Astfel, studenții sunt pregătiți să aplice noțiuni de antropologie motrică în contexte relevante. Se integrează standarde și recomandări stabilite de asociațiile profesionale, cum ar fi <i>Asociația Profesorilor de Educație Fizică</i>, pentru a asigura conformitatea cu cerințele actuale ale pieței muncii.</p> <p>Consultarea cu angajatori din domeniul educației și sportului: Conținuturile disciplinei sunt structurate astfel încât să răspundă nevoilor angajatorilor din școli, cluburi sportive, și organizații care promovează activități fizice adaptate. Astfel, studenții sunt pregătiți să ofere activități de educație fizică incluzive și adaptate la diversitatea elevilor. Se acordă o atenție specială competențelor practice, precum evaluarea caracteristicilor antropometrice și adaptarea activităților motrice în funcție de caracteristicile individuale, competențe apreciate de angajatori.</p> <p>Integrarea cercetărilor recente și a inovațiilor din domeniul antropologiei motrice: Disciplina include cele mai recente descoperiri și tendințe în antropologia motrică, oferind o bază solidă pentru înțelegerea diversității motrice și a adaptărilor fiziologice la activitățile fizice. Aceasta le permite studenților să își bazeze deciziile pe dovezi științifice actuale. Se promovează utilizarea unor metode moderne de evaluare a compoziției corporale și a performanțelor motrice, reflectând inovațiile din domeniu și răspunzând așteptărilor angajatorilor pentru utilizarea de tehnologii moderne.</p>
--

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Pentru a putea sustine examenul scris, studentul trebuie sa obtina minim nota 5 la evaluarea portofoliului intocmit in timpul seminarilor.	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/laborator	Intocmirea unui portofoliu. Pentru a-i putea fi evaluat in vederea acordarii unei note, studentul trebuie sa aiba cel	Evaluare articol	50%

	<p><i>puțin 10 prezențe în cazul în care nu lucrează și 5 prezențe în cazul în care lucrează (se demonstrează calitatea de angajat printr-o adeverință eliberată de la locul de muncă). În cazul în care studentul nu îndeplinește niciuna din condițiile de prezență la seminarii, nu-i va fi evaluat portofoliul în vederea obținerii unei note și nu va putea susține examenul scris.</i></p>		
--	--	--	--

10.6 Standard minim de performanță:

Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională;

Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului.

Cerințe pentru promovare:

a) Prezența:

- *la curs nu este obligatorie;*
- *la LP-uri este obligatorie și pentru a-i putea fi evaluat portofoliul în vederea acordării unei note, studentul trebuie să aibă cel puțin 10 prezențe în cazul în care nu lucrează și 5 prezențe în cazul în care lucrează (se demonstrează calitatea de angajat printr-o adeverință eliberată de la locul de muncă). În cazul în care studentul nu îndeplinește niciuna din condițiile de prezență la LP, acesta nu va promova evaluarea finală pentru lucrările practice și nu va putea susține examenul scris.*

b) Nota finală:

- *este compusă din 50% examenul scris (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5) și 50% la LP-uri (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5)*

c) Examenul:

- *examenul scris este de tip grilă. Se acordă 1 punct din oficiu.*

NOTA MINIMĂ PENTRU PROMOVARE ESTE 5.

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

17.10.2024



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

