

**UNIVERSITATEA DIN BACĂU
FACULTATEA DE INGINERIE**

SILVIU-IOAN PAVEL

EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Caiet de lucrări practice
la facultățile neprofil

**EDITURA ALMA MATER BACĂU
2007**

Cuprins

1. Introducere	5
2. Particularități morfofuncționale ale studenților	7
3. Particularitățile activităților de educație fizică și sport organizate cu studenți	10
4. Obiectivele educației fizice și sportului în învățământul superior.....	12
5. Forme de organizare a activităților de educație fizică și sport în rândul studenților	14
6. Evaluarea eficienței activității	17
7. Precizări metodologice privind organizarea lecțiilor și conținutul activității	19
8. Reflectarea în documentele școlare și în atitudinea studentului a modului de apreciere finală a activității desfășurate...	21
9. Baza materială necesară.....	23
10. Lecții de dezvoltare a capacității motrice de bază și specifice.....	25
10.1. Justificarea acestei categorii de lecții	25
10.2. Organizarea și conținutul procesului de instruire	26
10.3. Plan calendaristic anual pentru organizarea lecțiilor de educație fizică și sport	27

11. Baschet.....	47
11.1. Recomandări metodice	47
12. Fotbal	58
12.1. Evaluarea nivelului de pregătire	58
12.2. Recomandări metodice	59
12.3. Tehnologia acțiunii.....	60
13. Handbal	70
13.1. Tehnologia acțiunii în instruire	70
14. Volei	79
14.1. Recomandări metodico-organizatorice	79
14.2. Tehnologia acțiunii în procesul de instruire	80
15. Bibliografie	91