N 7.110

UNIVERSITATEA
"DUNĂREA DE JOS"
GALAȚI

DISTANCE EDUCATION

Nicolae HOȘTIUC

TEHNICI DE MĂSURARE ȘI EVALUARE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT



EDITURA FUNDAȚIEI UNIVERSITARE
"DUNĂREA DE JOS"
GALAȚI

IV 7.110

Nicolae HOŞTIUC

TEHNICI DE MĂSURARE ŞI EVALUARE

ÎN EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT

230.398
UNIVERSITATEA
BIBLIOTECA 2

Editura Fundaţiei Universitare
„*Dunărea de Jos*" – Galaţi, 2003

C-230398U

UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
Centrul de Studii pentru Învățământul Deschis la Distanță
Facultatea de Educație Fizică și Sport

Revizia științifică:
Prof. univ. dr. Toma BADIU

©Editura Fundației Universitare
"Dunărea de Jos", Galați, 2003,
ISBN 973-627-029-7

www.editura.ugal.ro
editura@ugal

CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE	3
CAPITOLUL I	5
Măsurarea în educație fizică şi sport	5
Măsurarea în cercetare	6
Funcțiile măsurării	6
Măsurări discrete, măsurări continue	8
Instrumentele măsurării	8
Scalele de măsurare	9
Scalarea în ştiințele umaniste	10
Rezumat	13
Concluzii	14
Teste de autoevaluare şi control	14
Cheia exercițiilor	15
CAPITOLUL II	17
Testele ca instrument de măsură	17
Crterii de clasificare a testelor	18
Rezumat	19
Concluzii	20
Teste de autoevaluare şi control	20
Cheia exercițiilor	20
CAPITOLUL III	22
Măsurarea psho-fiziologică	22
Măsurarea condiției fizice	22
Măsurători cardio-respiratorii	23
Teste submaximale	23
Alergarea de distanță	24
Masurarea puterii-relația dintre putere şi rezistență	25
Mîsurarea puterii	26
Măsurarea rezistenței	26
Măsurarea combinației dintre putere şi rezistență	28
Administrarea testelor de putere şi rezistență	28
Măsurarea flexibilității	29
Măsurătorile de compoziție a corpului	30
Rezumat	32
Concluzii	33
Teste de autoevaluare şi control	34
Cheia exercițiilor	34

CAPITOLUL IV 36
Măsurarea parametrilor psihomotrici 36
Măsurătorile de putere 36
Viteza mişcărilor şi măsurătorile timpului de reacţie 37
Măsurătorile de agilitate 38
Măsurători de echilibru 39
Măsurători kinestetice 41
Măsurători ale coordonării 42
Măsurători ale comportamentului motric 42
Modele de mişcări fundamentale 43
Teste de deprinderi sportive 44
Măsurători de laborator 44
Rezumat 46
Concluzii 47
Teste de autoevaluare şi control 47
Cheia exerciţiilor 48
CAPITOLUL V 50
Măsurători biomecanice 50
Măsurători observaţionale 51
Folosirea computerului în măsurarea mişcării 53
Rezumat privind utilizarea computerului în măsurarea mişcării 55
Măsurarea răspunsurilor scrise 56
Măsurarea comportamentului afectiv 56
Atitudinea 57
Personalitatea 59
Aria de investigaţie asupra trăsăturilor de personalitate a sportivilor 60
Instrumente pentru măsurarea trăsăturilor de personalitate 60
Măsurători affective specific sportive 61
Anxietatea 61
Conceptul de sine 62
Comportamentul social 62
Rezumat 63
Concluzii 63
Teste de autoevaluare şi control 64
Cheia exerciţiilor 64
CAPITOLUL VI 66
Evaluarea în educaţia fizică şcolară 66
Conceptul de evaluare 66
Funcţiile evaluării 68
Tipurile de evaluare 70