

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "BABEȘ-BOLYAI"
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / Profesor de educație fizică

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector dr. NUȚ RAMONA ANCUȚA						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Prof.univ.dr. GROSU EMILIA FLORINA Lector dr. NUȚ RAMONA ANCUȚA Lector dr. NEGRU IOAN NICULAIE						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	V	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/LP	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					34
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					23
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități:					4
3.7 Total ore studiu individual	83				
3.8 Total ore pe semestru	42				
3.9 Numărul de credite	5				

### 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	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală de gimnastică cu aparate specifice gimnasticii artistice, obiecte portative (mingi medicinale, bastoane, corzi) și aparate ajutătoare (bănci, scara fixă)

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară</li> <li>• C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (educație fizică și sportivă)</li> <li>• C3. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă</li> <li>• C4. Evaluarea nivelului de pregătire a practicantilor activităților de educație fizică și sport</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	-

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor acrobatice și a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare;</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare;</li> <li>• Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor a traseelor utilitar-aplicative;</li> <li>• Cunoașterea metodologiei de predare a elementelor acrobatice statice și dinamice cuprinse în programele școlare;</li> <li>• Cunoașterea metodologiei de predare a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

<b>8.1 Curs</b>	Metode de predare	Observații
Prevederile programei școlare la nivelul ciclului primar, gimnazial și liceal	Curs interactiv	2 ore
Particularitățile procesului de învățare în gimnastică	Curs interactiv	2 ore
Metodica însușirii elementelor acrobatice statice	Curs interactiv	2 ore
Metodica însușirii elementelor acrobatice dinamice	Curs interactiv	2 ore
Strategia de organizare și conducere a jocurilor acrobatice	Curs interactiv	2 ore
Bazele metodice ale săriturilor cu sprijin	Curs interactiv	2 ore
Metodica însușirii săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare	Curs interactiv	2 ore
		<b>Total 14 ore</b>

### Bibliografie

1. Băiașu, N.Gh., (1984). *Gimnastica*, Editura Sport - Turism, București.
2. Fekete, I., (1996). *Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri*, Editura Librăria Crican, Oradea.

3. Luca, A., (1998). *Gimnastica în școală*. Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
4. Nuț, R.A., (2018). *Metodica predării gimnasticii în școală. Suport de curs*. Facultatea de Educație Fizică și Sport, UBB.
5. Pașcan, I., (2003). *Gimnastica acrobatică în ciclul gimnazial*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.
6. Pașcan, I., Nuț, R.A., și colab. (2008). *Metodica predării gimnasticii în școală*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.
7. XXX, (2012, 2014, 2017). Programe școlare pentru ciclul primar, gimnazial, liceal, M.E.N

<b>8.2 Seminar / LP</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
1. Prezentarea cerințelor pentru disciplina studiată; Strategia de organizare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
2. Strategia predării elementelor acrobatice dinamice Evaluarea cunoștințelor practice	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore 2 ore
3. Strategia predării elementelor acrobatice statice Evaluarea cunoștințelor practice	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore 2 ore
4. Strategia organizării și conducerii jocurilor acrobatice Evaluarea cunoștințelor practice	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore 2 ore
5. Bazele metodice ale săriturilor cu sprijin Evaluarea cunoștințelor practice	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore 2 ore
6. Strategia organizării și conducerii traseelor utilitar aplicative Evaluarea cunoștințelor practice	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore 2 ore
		<b>Total 28 ore</b>

#### Bibliografie

1. Băiașu, N.Gh., (1984). *Gimnastica*, Editura Sport - Turism, București.
2. Fekete, I., (1996). *Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri*, Editura Librăria Crican, Oradea.
3. Luca, A., (1998). *Gimnastica în școală*. Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
4. Nuț, R.A., (2018). *Metodica predării gimnasticii în școală. Suport de curs*. Facultatea de Educație Fizică și Sport, UBB.
5. Pașcan, I., (2003). *Gimnastica acrobatică în ciclul gimnazial*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.
6. Pașcan, I., Nuț, R.A., și colab. (2008). *Metodica predării gimnasticii în școală*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.
7. XXX, (2012, 2014). Programe școlare pentru ciclul primar, gimnazial, liceal, M.E.N

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

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

### **10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoașterea fișelor de mișcare a elementelor acrobatice și a săriturilor cuprinse în programele școlare	Evaluare scrisă	60%
10.5 Seminar/LP	Strategia predării elementelor	Evaluare practică	40%

	acrobatice, săriturilor cu sprijin și a traseelor aplicative		
10.6 Standard minim de performanță -			
Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară în învățământul preuniversitar			

Semnătura titularului de curs

Lector dr. Nuț Ramona Ancuța

Semnătura titularului de seminar

Lector dr. Nuț Ramona Ancuța

Lector dr. Negru Ioan Niculaie

Prof. dr. Grosu Emilia Florina

Semnătura directorului de departament

Conf. univ. dr. Pop Ioan Nelu