

## 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	JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	SPORT SI PERFORMANTA MOTRICA / Antrenor într-o ramură sportivă / Profesor de educație fizică

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN ACȚIUNI ȘI EVENIMENTE SPORTIVE - DANS SPORTIV						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof.univ.dr. Grosu Emilia Florina						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Prof.univ.dr. Grosu Emilia Florina						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	VI	2.6. Tipul de evaluare	VP	2.7 Regimul disciplinei	DS

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	5	Din care: 3.2 curs		3.3 seminar/LP	5
3.4 Total ore din planul de învățământ	70	Din care: 3.5 curs		3.6 seminar/LP	70
Distribuția fondului de timp:					Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și în sala					
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități:					5
3.7 Total ore studiu individual			5		
3.8 Total ore pe semestru			75		
3.9 Numărul de credite			3		

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

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>Să parcurgă disciplina Dans sportiv - teorie și practică</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacitate de exprimare motrică și tehnică specifică dansului sportiv</li> </ul>

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

5.1 De desfășurare a cursului	
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sală de de gimnastică și ale materiale și aparate auxiliare</li> </ul>

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C 1. Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară</li> <li>• C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică)</li> <li>• C 3. Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport</li> <li>• C.4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport</li> <li>• C 5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CT1. Organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională</li> <li>• CT 2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/ de pregătire / competiție</li> </ul>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitatea de a conduce lecții de antrenament specifice nivelului de consolidare și perfecționare a procedeele tehnico-tactice și dobândirea abilităților de conducere a sportivilor pe parcursul competiției</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transmiterea de cunoștințe de specialitate din domeniul educației fizice și sportului cu caracter formativ, aplicabile în procesul de antrenament la nivelul sportivilor avansați;</li> <li>• Explicarea și demonstrarea succesiunilor de exerciții pentru însușirea tehnico-tactică la nivelul sportivilor avansați</li> <li>• Capacitatea de a conduce sportivii în competiții oficiale</li> <li>• Dobândirea unei terminologii de specialitate cu aplicabilitate în lecția de educație fizică și în procesul de antrenament</li> </ul>

## 8. Conținuturi

<b>8.2 Seminar / LP</b>	Metode de predare	Observații
1. Conducere parțială a antrenamentului.		30 ore
2. Conducere integrală a antrenamentului		40 ore
		<b>Total 70 ore</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grosu, E.F. (2005). Biomecanica, tehnica și metodică elementelor acrobatice la sol și bârnă, Edit. G.M.I., Cluj-Napoca.</li> <li>2. Grosu, E.F. (1998). Elemente de tehnică corporală, Edit. G.M.I., Cluj –Napoca</li> <li>3. Grosu, E.F. (1999). Complexe de exerciții pentru influențarea selectivă a aparatului locomotor, Editura G.M.I., Cluj –Napoca.</li> <li>4. Grosu, E.F. (2008). Pregătirea psihologică și antrenamentul invizibil în pregătirea sportivă, Edit. G.M.I., Cluj-Napoca.</li> <li>5. Grosu E., F., Padilla, C. (2011). Elementele tehnicii corporale și gimnastica artistică, ritmică și dans, Vol I din Colecția Gimnastică, Editura GMI, Cluj – Napoca</li> <li>6. Grosu, E.F. (2008). Optimizarea antrenamentului sportiv, Edit. G.M.I., Cluj-Napoca.</li> <li>7. Hurley, A., Bill, I. MBE (2004). The ballroom technique, Dance examinations board, Imperial society of teacher of dancing, England.</li> <li>8. Năstase, V., D. (2011). Metodologia performanței, Editura Paralele 45, Pitești.</li> <li>9. Walter, L. (2003). Technique of latin dancing, Sixth Edition, Chapman Graphics Corporation Limited, Printed in England.</li> </ol>		

## 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			
10.5 Seminar/LP	Utilizarea adecvată a metodelor și mijloacelor în cadrul proiectării și conducerii lecțiilor de antrenament sportiv în dans sportiv la nivel de avansați	Evaluare practică	50%
	Prezentarea unui portofoliu din tematica lucrărilor practice	Evaluare practică	50%

### 10.6 Standard minim de performanță

Cunoașterea, înțelegerea, demonstrarea și folosirea în cadrul activității practice și a proiectării didactice a conținuturilor, principiilor și metodologiilor de instruire specifice judo-ului juvenil.

#### SISTEM CERINȚE PARTEA METODICĂ:

- Întocmirea a 15 planuri de antrenament și conducerea parțială și totală a antrenamentului
- Întocmirea portofoliului pentru stagiul de practică în medii de inițiere sportivă – începători
- Asistența la 40 antrenamente la copii și juniori și înregistrarea acestora (40 ore)
- Asistența la 15 competiții și înregistrarea acestora (20 ore)
- PARTICIPAREA OBLIGATORIE la o competiție sportivă de dans sportiv. Implicarea în organizarea acestor campionate pentru fazele locale. (15 ore)

**NOTĂ: Numărul total al orelor pentru acest stagiul de practică este de 145, după cum urmează:**

- 70 ore Lucrări Practice
- 40 ore de asistență la antrenamente și înregistrarea acestora
- 20 ore asistență la competiții și înregistrarea acestora
- 15 ore implicare în organizarea unei competiții de dans sportiv.

Semnătura titularului de curs și seminar

Prof. Univ. Dr. Grosu Emilia Florina

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. BACIU ALIN