

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	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector dr. POP ALEXANDRA CRISTINA						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Lector dr. POP ALEXANDRA CRISTINA Lector dr. SZABO PETER ZSOLT						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	48	Din care: 3.5 curs	24	3.6 seminar/LP	24
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					5
Examinări					5
Alte activități:					3
3.7 Total ore studiu individual	60				
3.8 Total ore pe semestru	125				
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	<ul style="list-style-type: none"> ☒ Prezența la curs este facultativă; ☒ Utilizarea dispozitivelor mobile sunt permise doar ca parte a interacțiunii aferente cursului, în măsura în care se solicită acest lucru; ☒ Filmarea și fotografierea în timpul procesului didactic este interzisă; ☒ Folosirea materialelor didactice puse la dispoziție de cadrul didactic în alte scopuri decât cele destinate studiului personal sau postarea acestora în mediu online fără acordul cadrului didactic este interzisă
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	

	<ul style="list-style-type: none"> ● Participarea activă la lucrările practice pe parcursul semestrului este obligatorie în cuantum de minimum 75% din numărul de întâlniri pe semestru ● Recuperarea tematicii din cadrul unității de învățare la care se absentează, se realizează în săptămâna în curs prin prezentarea la lucrările practice cu o altă grupă; € Persoanele inapte din punct de vedere medical, vor prezenta cadrulul didactic responsabil de lucrările practice, înainte de începerea orei, adeverința medicală eliberată de medicul specialist; € Nu se acceptă întârzieri după începerea procesului didactic; € Utilizarea dispozitivelor mobile sunt permise doar ca parte a interacțiunii aferente lucrărilor practice, în măsura în care se solicită acest lucru; € Filmarea și fotografierea în timpul lucrărilor practice fără acordul profesorului este interzisă; € Respectarea normelor de protecție a muncii prezentate în prima oră de lucru practice, luate la cunoștință de studenți și semnate. € Respectarea condițiilor de igienă și protecție;
--	--

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> € Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară; € Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; € Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive; € Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă; € Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport; € Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului;
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> ● Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; ● Cooperarea, în condiții de eficiență și eficacitate, în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului; ● Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală;

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	€ Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la metodologia predării, învățării și consolidării conținutului motric specific atletismului,
7.2 Obiectivele specifice	€ Cunoașterea și însușirea strategiei de predare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare;

	<ul style="list-style-type: none"> € Cunoașterea și însușirea strategiei de predare și conducere a exercițiilor de dezvoltare fizică generală și a celor aplicative; € Cunoașterea și aplicarea metodelor de predare a probelor tehnice atletice cuprinse în programele școlare; € Însușirea deprinderii de a conduce o lecție de educație fizică cu conținut din atletism.
--	--

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Noțiuni introductive privind disciplina atletism ca o componentă a sistemului de educație fizică și sport	Prelegere	2 ore
Locul și rolul atletismului în programa școlară de educație fizică. Prevederile programei de educație fizică	Curs interactiv	2 ore
Conținutul atletismului în structura lecțiilor de educație fizică	Curs interactiv	4 ore
Metodica predării probelor de alergari in lectia de Ed. Fizica,	Curs interactiv	6 ore
Metodica predării probelor de sarituri in lectia de Ed. Fizica,	Curs interactiv	4 ore
Metodica predării probelor de aruncari in lectia de Ed. Fizica,	Curs interactiv	4 ore
Recapitularea tematicilor cursului și anunțarea modului de desfășurare a evaluării teoretice Simulare evaluare teoretică	Prelegere	2 ore
	Total ore	24 ore

Bibliografie

1. **Monea G., Sabău E.** Atletism – Tehnica și metodică probelor., Editura BREN 2007
2. **Bogdan V.,** Atletism, Particularitățile tehnico-biomecanice ale probelor de atletism., Editura GMI 2009
3. **Bogdan V.,** - Atletism, Calitățile biomotrice, 2009
4. **Bogdan, V., Pop, A., 2007, Inițiere în Atletism. Școala Atletismului,** Ed. G.M.I. Cluj Napoca, ISBN 978-973-88283-4-6.
5. **Monea Gh.** - Inițierea în probele atletice, Editura Napoca Star Cluj-Napoca, **2007,** ISBN978-973-647-513-9, 239 pagini.
6. **Pop.,A., 2020** Suport de curs
7. XXX, (2012, 2014). Programe școlare pentru ciclul primar, gimnazial, liceal, M.E.N

8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cerințelor disciplinei studiate;	Explicație conținutul disciplinei, cerințe	2 ore
2. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea în învățământul preuniversitar: alergările de viteză	Demonstrație	4 ore
3. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea în învățământul preuniversitar: alergările de semifond	Demonstrație	2 ore
4. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea în învățământul preuniversitar: alergările de garduri	Demonstrație	2 ore
5. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea în învățământul preuniversitar: alergările de stafete	Demonstrație	2 ore
	Demonstrație	2 ore

6. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea in invatamantul preuniversitar a probei de saritura in lungime.		
7. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea in invatamantul preuniversitar a probei de saritura in inaltime.	Demonstrație	2 ore
8. Elaborarea de proiecte didactice pt. predarea in invatamantul preuniversitar a aruncarilor	Demonstrație	4 ore
9. Evaluarea cunsotintelor practice.	Demonstratie	2 ore
10. Evaluarea cunoștințelor practice	Demonstrație	2 ore
	Total ore	24 ore

Bibliografie:

1. **Monea G., Sabău E.** Atletism – Tehnica și metodică probelor., Editura BREN 2007
2. **Bogdan V.,** Atletism, Particularitățile tehnico-biomecanice ale probelor de atletism., Editura GMI 2009
3. **Bogdan V.,** - Atletism, Calitățile biomotrice, 2009
4. **Bogdan, V., Pop, A., 2007, Inițiere în Atletism. Școala Atletismului,** Ed. G.M.I. Cluj Napoca, ISBN 978-973-88283-4-6.
5. **Monea Gh.** - Inițierea în probele atletice, Editura Napoca Star Cluj-Napoca, **2007,** ISBN978-973-647-513-9, 239 pagini.
6. **Pop.,A., 2020** Suport de curs
7. Programă școlară 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	Verificarea modului de expunere a conceptelor și noțiunilor specifice atletismului.	Test scris	50%
	Verificarea cunoștințelor privind utilizarea metodelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a capacității de a întocmi un proiect de tehnologie didactică cu probe tehnice din atletism prevăzute în programa școlară.		50%
10.5 Seminar/LP	Verificarea capacității de elaborare a unui proiect didactic cu tematică din atletism	Prezentarea unui proiect didactic cu tematică din atletism și coordonarea unei secvențe de lecție de educație fizică	50%
	Verificarea capacității de a utiliza adecvat metodele și mijloacele de predare și		50%

	conducere a lectiilor care cuprind probe atletice prevăzute în programa școlară.	cu tematică din atletism.	
10.6 Standard minim de performanță - Cunoașterea și aplicarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei, mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute la nivelul cerințelor disciplinei și a programei școlare în învățământul preuniversitar			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Criteriu de evaluare la LP se face pe baza calificativelor ADMIS/RESPINS ✓ Nota finală este obtinuta pe baza examenului scris. ✓ Evaluarea teoretică se realizează în sesiune cu prezență fizică obligatorie și va consta într-un test scris . ✓ Accesul la evaluarea teoretică este condiționat de obținerea calificativului ADMIS la evaluarea lucrărilor practice. Obținerea calificativului RESPINS, atrage după sine imposibilitatea de prezentare în examenul teoretic din sesiune (atât în sesiunea obișnuită cât și cea din restanțe). 			

Data completării: 29.03.2024	Semnătura titularului de curs Lector dr. Pop Alexandra Cristina 	Semnătura titularului de seminar Lector dr. Pop Alexandra Cristina  Lector dr. Szabo Peter Zsolt 
Data avizării: 05.04.2024	Responsabil program Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 	Director departament Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 