

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 GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ						
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. NEGRU IOAN NICULAIE Lector dr. NUȚ RAMONA ANCUȚA						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	5	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	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/LP	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					24
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					24
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual	70				
3.8 Total ore pe semestru	125				
3.9 Numărul de credite	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> 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; • Echipamentul sportiv este obligatoriu conform cerințelor cadrulul 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.
--	--

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	<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la metodologia predării, învățării și consolidării conținutului motric specific gimnasticii
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și însușirea strategiei de predare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare; • Cunoașterea și însușirea strategiei de predare și conducere a exercițiilor de dezvoltare fizică generală și a celor aplicative;

	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și aplicarea metodelor de predare a elementelor acrobatică din gimnastică cuprinse în programele școlare; • Cunoașterea și aplicarea metodelor de predare a săriturilor cu sprijin la cele două aparate din gimnastică cuprinse în programele școlare; • Însușirea deprinderii de a conduce o lecție de educație fizică cu conținut din gimnastică.
--	---

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Noțiuni introductive privind disciplina gimnastica ca o componentă a sistemului de educație fizică și sport	Prelegere	2 ore
Locul și rolul gimnasticii în programa școlară de educație fizică. Prevederile programei de educație fizică	Curs interactiv	2 ore
Conținutul gimnasticii în structura lecțiilor de educație fizică	Curs interactiv	2 ore
Strategia de organizare și conducere a: 1. Exercițiilor pentru capacitatea de organizare; 2. Exercițiilor de dezvoltare fizică generală; 3. Exercițiilor aplicative	Curs interactiv	2 ore
Particularități ale predării exercițiilor acrobatică. Tehnica și metodică însușirii principalelor elemente acrobatică: libere, cu partener și în grup	Curs interactiv	12 ore
Particularități ale predării săriturilor cu sprijin. Tehnica și metodică însușirii săriturilor cu sprijin din gimnastică cuprinse în programa școlară	Curs interactiv	6 ore
Recapitularea tematicilor cursului și anunțarea modului de desfășurare a evaluării teoretice Simulare evaluare teoretică	Prelegere	2 ore
	Total ore	28 ore
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> 1. Dobrescu, T. (2008). <i>Bazele teoretice si metodice ale gimnasticii</i>, Ed PIM Iasi 2. Dobrescu, T., (2007). <i>Metodica predării gimnasticii în gimnaziu</i>. Editura Pim, Iași 3. Fekete, I., (1996). <i>Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri</i>, Editura Librăriiile Crican, Oradea. 4. Luca, A., (1998). <i>Gimnastica în școală</i>. Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași. 5. Nanu, M., C. (2009). <i>Gimnastica de bază. Metodica predării structurilor gimnice specifice</i>, Editura Sitech, Craiova 6. Nuț, R.A., (2024). <i>Metodica predării gimnasticii în școală. Suport de curs. Facultatea de Educație Fizică și Sport, UBB.</i> 7. Pașcan, I., (2003). <i>Gimnastica acrobatică în ciclul gimnazial</i>. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca. 8. Pașcan, I., Nuț, R.A., și colab. (2008). <i>Metodica predării gimnasticii în școală. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.</i> 9. Popescu, G. (2007). <i>Gimnastica acrobatică în școală</i>, Editura Elisaveros 10. XXX, (2012, 2014). <i>Programe școlare pentru ciclul primar, gimnazial, liceal, M.E.N</i> 		
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cerințelor disciplinei studiată; 2. Strategia de organizare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
4. Strategia de organizare și conducere a exercițiilor de	Explicație,	2 ore

dezvoltare fizică generală și a exercițiilor aplicative.	demonstrație, exersare	
5. Evaluarea cunoștințelor practice	Demonstrație	2 ore
6. Strategia predării elementelor acrobatice statice	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
7. Evaluarea cunoștințelor practice	Demonstrație	2 ore
8. Strategia predării elementelor acrobatice dinamice	Explicație, demonstrație, exersare	6 ore
9. Evaluarea cunoștințelor practice	Demonstrație	2 ore
10. Bazele metodice ale săriturilor cu sprijin din gimnastică	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
11. Strategia predării săriturilor cu sprijin din programa școlară	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
12. Evaluarea cunoștințelor practice	Demonstrație	2 ore
	Total ore	28 ore

Bibliografie

- Dobrescu, T. (2008). *Bazele teoretice și metodice ale gimnasticii*, Ed PIM Iasi
- Dobrescu, T., (2007). *Metodica predării gimnasticii în gimnaziu*. Editura Pim, Iași
- Fekete, I., (1996). *Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri*, Editura Librăriile Crican, Oradea.
- Luca, A., (1998). *Gimnastica în școală*. Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
- Nanu, M., C. (2009). *Gimnastica de bază. Metodica predării structurilor gimnice specifice*, Editura Sitech, Craiova
- Nuț, R.A., (2024). Metodica predării gimnasticii în școală. Suport de curs. Facultatea de Educație Fizică și Sport, UBB.**
- Pașcan, I., (2003). *Gimnastica acrobatică în ciclul gimnazial*. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.
- Pașcan, I., Nuț, R.A., și colab. (2008). Metodica predării gimnasticii în școală. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca.**
- Popescu, G. (2007). *Gimnastica acrobatică în școală*, Editura Elisavarus
- Programa 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 gimnasticii		20%
	Verificarea cunoștințelor privind utilizarea metodelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții din gimnastică prevăzute în programa școlară.		30%

10.5 Seminar/LP	Verificarea capacității de elaborare a unui proiect didactic cu tematică din gimnastică	Prezentarea unui proiect didactic cu tematică din gimnastică și coordonarea unei secvențe de lecție de educație fizică cu tematică din gimnastică	10%
	Verificarea capacității de a utiliza adecvat metodele și mijloacelor predare și conducere a structurilor de exerciții din gimnastică prevăzute în programa școlară.		40%
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"> ✓ Fiecare criteriu de evaluare trebuie să fie notat cu minimum nota 5 pentru a promova disciplina; ✓ Nota finală este formată din media aritmetică a notelor obținute la evaluarea practică (minimum nota 5) și evaluarea teoretică (minimum nota 5); ✓ Notele acordate sunt între 1(unu) și 10 (zece); ✓ Nota la evaluarea practică reprezintă 50% din nota finală. ✓ Evaluarea teoretică se realizează în sesiune cu prezență fizică obligatorie și va consta într-un test grilă susținut cu ajutorul platformelor de evaluare; ✓ Accesul la evaluarea teoretică este condiționat de obținerea notei minime (5 cinci) la evaluarea lucrărilor practice. Obținerea unei note mai mici decât standardul minim de performanță, atrage după sine imposibilitatea de prezentare în examenul teoretic din sesiune (atât în sesiunea obișnuită cât și cea din restanțe și lichidare). 			

Data completării:	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
29.03.2024	Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 	Prof. univ. dr. Grosu Emilia Florina  Lector dr. Nuț Ramona Ancuța  Lector dr. Negru Ioan Niculaie 
Data avizării:	Responsabil program	Director departament
05.04.2024	Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 	Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 