

FIȘA DISCIPLINEI

Activități motrice adaptate

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 studii / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / PROFESOR EFS
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Activități motrice adaptate				Codul disciplinei	YLR1009	
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină				Conf. univ. dr. Cosmin Prodea				
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator				Asist. dr. Denis Albuș				
2.4. Anul de studiu	3	2.5. Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	Felul discipli nei DS
							Obligativitate	Obligat orie/ opțio nală DO

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar / laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru – forma Învățământ cu frecvență redușă	100	din care: 3.5. SI	52	AI	24
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					24
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					16
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)					4
3.5.5. Examinări					10
3.5.6. Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)	76				
3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)	100				
3.9. Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Comportament academic si îndeplinirea cerințelor solicitate de cadrul didactic
4.2. de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Studentii trebuie să respecte regulile de comunicare civilizată, să fie punctuali la fiecare curs și să participe activ. Colaborarea și respectul față de colegi și profesor sunt esențiale pentru a crea un mediu educațional productiv
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Participarea la activitățile de seminar este obligatorie. Minimum de prezențe: 7 prezențe respectiv 5 prezențe sportive de performanță.

6.1. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale/esențiale	C 1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă) C 3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic C 4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă
Competențe transversale	CT 1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT 2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: - conceptele fundamentale ale activităților motrice adaptate; - metodele de predare-învățare în educație fizică și sport în concordanță cu principiile didactice - mijloace de acționare în vederea dezvoltării calităților motrice pentru activitățile motrice adaptate
Aptitudini	Studentul este capabil să: - desfășoare activităților motrice adaptate, prin furnizarea informațiilor corecte - valorifice deprinderile motrice de bază, aplicative și specifice în activități școlare, profesionale și extrașcolare - aplice metodele și procedeele metodice în conformitate cu temele și obiectivele instructiv-educative urmărite
Responsabilități și autonomie	Studentul manifestă responsabilitate și angajament în îndeplinirea obiectivelor de pregătire Monitorizează progresele în pregătire și comportamentul elevilor Utilizează principiile etice și deontologice în activitatea profesională Vor promova etica sportivă și respectarea principiilor de fair-play Organizează activități motrice pe grupe de vârstă

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea capacității de adaptare situațională în desfășurarea procesului didactic, urmărindu-se continuu îmbunătățirea calității interacțiunilor cu elevii cu nevoi speciale
7.2 Obiectivele specifice	- Cunoașterea specificității deficiențelor de motricitate caracteristice persoanelor cerințe educative speciale și a modalității de compensare prin intermediul activității motrice.

	<ul style="list-style-type: none"> - Dobândirea unei culturi a efortului fizic și intelectual din cadrul activităților motrice la persoanele cu nevoi speciale, ca expresie a dorinței de realizare personală și socială. - Abilitarea studenților cu sistemul de cunoștințe aplicabile în activitatea științifică și didactică privind persoanele cu diferite tipuri de handicap. - Să demonstreze o gândire creativă prin utilizarea, evaluarea și ameliorarea permanentă a unor strategii proprii pentru rezolvarea de probleme specifice educației fizice și sportului pentru persoanele cu nevoi speciale. - Formarea unor priceperi și deprinderi de ordin pedagogic, metodic și organizatoric necesare predării activităților motrice la persoanele aflate în condiții speciale
--	--

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Concepte generale (activitate fizică, activitatea motrică, deficiențe, handicap, clasificarea tipurilor de handicap, condiții speciale)	AI	2 ore
2. Învățământul special (caracteristici și particularități) Principiile și scopurile învățământului special	AI	2 ore
3. Importanța activității motrice desfășurate prin intermediul jocului dinamic în cadrul învățământului special.	AI	2 ore
4. Condiții speciale de desfășurare a activităților fizice. Spații improvizate (caracteristici, particularități și organizare	AI	2 ore
5. Deficiența vizuală. Importanța vederii la om	AI	2 ore
6. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență vizuală.	AI	2 ore
7. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru nevăzători.	AI	2 ore
8. Deficiența auditivă. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență vizuală	AI	2 ore
9. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru nevăzători.	AI	2 ore
10. Deficiența mintală. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență mintală	AI	2 ore
11. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru deficienți mintali.	AI	2 ore
12. Deficiența neuro-locomotorie. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență neuro-locomotorie.	AI	2 ore
13. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru deficienții neuro-locomotorii.	AI	2 ore
14. Jocuri sportive adaptate la diferite tipuri de deficiență	AI	2 ore

BIBLIOGRAFIE

1. Albu, C. si colaboratorii (1984) - *Știți să respirați corect?* Editura Sport Turism, București,;
2. Badescu, V., (2002) - *Surdmutitatea între simpatie și stigmat*, Editura Elisavaros, București,;

<ol style="list-style-type: none"> 3. Boici,G.,(coord), (2002) - <i>Evaluarea copiilor cu cerințe educative speciale în vederea integrării</i>, Editura Timpul, Reșița,; 4. Musu, I., Taflan, A., (1994) - <i>Terapia educațională integrată</i> Editura Pro-Humanitate, București,; 5. Păunescu, Mușu, (1990) - <i>Recuperarea medico- pedagogică a copilului handicapat mintal</i>, Editura Medicală, București,; 6. Preda, Vasile, (1993)- <i>Psihologia deficienților vizuali</i>, UBB, Cluj-Napoca,; 7. Preda, Vasile, (1999) – <i>Intervenția precoce în educarea copiilor deficienți vizuali</i>, Presa Universitara Clujană, Cluj-Napoca,; 8. Prodea Cosmin, (2008) – <i>Didactica educației fizice în școlile pentru deficienții de vedere</i>. Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca, 9. Prodea Cosmin (2012)– <i>Relațiile dintre capacitatea de orientare în spațiu a deficienților vizuali și performanțele în jocurile sportive</i>. Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca, 10. Sbhenge, T.,- „Kinesologie- stiinta miscarii” Ed. Medicala, Bucuresti,2002 		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Concepte generale (activitate fizică, activitatea motrică, deficiențe, handicap,clasificarea tipurilor de handicap, condiții speciale) –	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
2. Învățământul special (caracteristici și particularități) Principiile și scopurile învățământului special – 2 ore	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
3. Importanța activității motrice desfășurate prin intermediul jocului dinamic în cadrul învățământului special. – 2 ore	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
4. Condiții speciale de desfășurare a activităților fizice. Spații improvizate (caracteristici, particularități și organizare – 2 ore	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
5. Deficiența vizuală. Importanța vederii la om	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
6. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență vizuală.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
7. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru nevăzători.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
8. Deficiența auditivă. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență vizuală	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
9. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru nevăzători.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
10. Deficiența mintală. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență mintală	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
11. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru deficienți mintali.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
12. Deficiența neuro-locomotorie. Particularitățile morfo-funcționale la persoanele cu deficiență neuro-locomotorie.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
13. Obiectivele instructiv-educative, conținutul și formele de organizare a activității de educație fizică în școlile pentru deficienții neuro-locomotorii.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
14. Jocuri sportive adaptate la diferite tipuri de deficiență	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
BIBLIOGRAFIE		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu, C. si colaboratorii (1984) - <i>Știți să respirați corect?</i> Editura Sport Turism, București,; 2. Badescu, V., (2002) - <i>Surdmutitatea între simpatie și stigmat</i>, Editura Elisaveros, București,; 3. Boici,G.,(coord), (2002) - <i>Evaluarea copiilor cu cerințe educative speciale în vederea integrării</i>, Editura Timpul, Reșița,; 4. Musu, I., Taflan, A., (1994) - <i>Terapia educațională integrată</i> Editura Pro-Humanitate, București,; 		

5. Păunescu, Mușu, (1990) - *Recuperarea medico- pedagogică a copilului handicapat mintal*, Editura Medicală, București,;
6. Preda, Vasile, (1993)- *Psihologia deficienților vizuali*, UBB, Cluj-Napoca,;
7. Preda, Vasile, (1999) – *Intervenția precoce în educarea copiilor deficienți vizuali*, Presa Universitara Clujană, Cluj-Napoca,;
8. Prodea Cosmin, (2008) – *Didactica educației fizice în școlile pentru deficienții de vedere*. Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca,
9. Prodea Cosmin (2012)– *Relațiile dintre capacitatea de orientare în spațiu a deficienților vizuali și performanțele în jocurile sportive*. Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca,
10. Sbenge, T.,- „Kinesologie- stiinta miscarii” Ed. Medicala, Bucuresti,2002

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

- Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli pentru învățământul special, Organizații nonguvernamentale. Asociații și Cluburi private) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar adaptat.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Dobândire cunoștințelor teoretice specifice Teoriei educației fizice și sportului	Evaluare scrisă	60 puncte
10.5 Seminar/laborator	Redarea sintetică a două referate cu teme primită la începutul semestrului, evidențiind contribuția autorilor din domeniu, incluzând elemente critice și păreri personale despre subiectul tratat.	Evaluare scrisă	30 puncte
	Operaționalizarea cunoștințelor specifice Teoriei educației fizice și sportului	Evaluare pe parcurs	10 puncte

10.6 Standard minim de performanță

- Dobândirea unui pachet minimal de cunoștințe teoretice specifice Teoriei educației fizice și sportului
- Adoptarea propriului cod deontologic în concordanță cu spiritul valorilor educației moderne
- Notele acordate sunt între 1(unu)=10 puncte și 10 (zece)=100 puncte;
- Nota finală se realizează prin acumularea de procente 100 puncte = 10 (zece)
- Minimul pentru promovarea examenului scris este de 20 puncte din 60 de puncte
- Minimul pentru promovarea disciplinei constă din acumularea de minimum de 50 de puncte; echivalentul notei 5 (cinci)

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
 Aprilie 2026

Semnătura titularului de curs
 Conf. univ. dr. Cosmin Prodea

Semnătura titularului de seminar
 Asist. dr. Denis Albuș

Data avizării în departament:

Responsabil de studii IFR,
 Lect. univ. dr. Andras Almos