

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență 3 ani/ 6 semestre
1.6. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Metodica predării atletismului în școală		2.2. Cod disciplină	EFS III061			
2.3. Titularul activității de curs	Lect. dr. Man Cristina Maria						
2.4. Titularul activității de seminar	Lect. dr. Man Cristina Maria						
2.5. Anul de studiu	III	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	Op

3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					30
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	125				
3.10 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	Nu este cazul
5.2. de desfășurarea a seminarului/lucrări practice	Teren bază Stadion

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C1 Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară</p> <p>C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).</p> <p>C3 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.</p> <p>C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.</p>
Competențe transversale	

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice atletismului și a principalelor noțiuni de regulament.
7.2 Obiectivele specifice	Cunoașterea și însușirea procedeele tehnice fundamentale Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Locul și rolul atletismului în educația fizică școlară	Prelegere, discuții	2 ore
2. Prevederile atletismului la ciclul primar	Prelegere, discuții	2 ore
3. Prevederile atletismului la ciclul gimnazial	Prelegere, discuții	2 ore
4. Prevederile atletismului la ciclul liceal	Prelegere, discuții	2 ore
5. Tehnica atletismului	Prelegere, discuții	2 ore
6. Teoria și practica atletismului	Prelegere, discuții	2 ore
7. Metodica atletismului în învățământul primar	Prelegere, discuții	2 ore
8. Metodica atletismului în învățământul gimnazial	Prelegere, discuții	2 ore
9. Metodica atletismului în învățământul liceal	Prelegere, discuții	2 ore
10. Jocuri pregătitoare și ștafete aplicate pentru învățarea atletismului	Prelegere, discuții	2 ore
11. Activitatea profesorului de educație fizică, antrenor al echipei reprezentative	Prelegere, discuții	2 ore
12. Regulamentul de desfășurare al unei competiții școlare	Prelegere, discuții	2 ore
13. Metodica învățării arbitrajului în școală	Prelegere, discuții	2 ore
14. Recapitulare	Prelegere, discuții	2 ore

Bibliografie

1. **Belizna C.**, *Note de curs- Fundamentele științifice ale atletismului în școală*, Seria Didactica, Alba Iulia 2014
2. **Barbu, C., Stoica, M.**- *Atletism. Metodica predării exercițiilor de atletism în școală*. Editura Printech, București, 2000
3. **Dragomir, M. Albina A.**- *Atletismul în școală*, Editura Universitaria, Craiova, 2006
4. **Trifea, C.** – *Atletism*, Editura DARECO, București, 2002
5. **Predescu T., Ștefan C.** – *Pregătirea satdială în jocul de baschet*, Editura Semne, 2005
6. **Regulamentul concursului de atletism-** F.R.A., București, 2002-2003
7. **Stoica, M.**- *Atletism. Curs pentru studenții anului I*, Editura ANEFS, București, 2007
8. **Stoica, M.**- *Atletism-mijloc asociat al kinetoterapiei*, Editura Bren, București, 2005
9. **Stoica, M.**- *Capacitățile motrice în atletism*, Editura Printech, București, 2000

Seminar-laborator/lucrări practice	Metode de predare	Observații
1. Școla de atletism. Învățarea și perfecționarea tehnicii și metodicii predării	Explicație, demonstrație	4 ore
2. Tipuri de alergări	Explicație, demonstrație, exersarea,	4 ore
3. Tipuri de alergări	Explicație, demonstrație,, exersarea	4 ore
4. Tipuri de alergări	Explicație, demonstrație, exersarea	4 ore
5. Săritura în lungime și săritura în înălțime	Explicație, demonstrație, problematizarea	4 ore

6. Tipuri de aruncări	Explicație, demonstrație, exersarea,	4 ore
7. Recapitulare și evaluări	Explicație, demonstrație	4 ore

9. asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Disciplina raspunde prin continuturi, cerintelor reprezentantilor comunitatii, asociatiilor profesionale si a angajatorilor, aspect dovedit prin fisa disciplinei

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Înșușirea conținutului cursului</i>	Evaluare scrisă	50%
	<i>Bazat pe atitudinea față de disciplină</i>	Testarea cunoștințelor de specialitate	
10.5 Seminar/lucrări practice	<i>Criteriul progresului</i>	Observare curentă	50 %
	<i>Înșușirea deprinderilor specifice</i>	Probe de control	
10.6 Standard minim de performanță: Cunoașterea în linii mari a problematicei cursului; Stăpânirea procedeelor de bază și a conținutului cursului la nivel satisfăcător			Nota min. 5

Data completării
05.10.2015

Semnătura titularului de curs
.....

Semnătura titularului de seminar
.....

Data avizării în departament
06.10.2015

Semnătura director de departament
.....