

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	de 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	<i>Metodica predării gimnasticii în școala</i>		2.2. Cod disciplină	EFS III062			
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina						
2.4. Titularul activității de seminar	Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina						
2.5. Anul de studiu	3	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe saptamana	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					22
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					22
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

Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	<i>Nu este cazul</i>
4.2. de competențe	<i>Nu este cazul</i>

4. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	<i>Sala de curs dotată cu videoproiector și laptop</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Sala de gimnastică</i>

5. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale C1 proiectarea modulară (educație fizică și sportivă), sport și performanța motrică, Kinetoterapie	C1.1 Identificarea și utilizare conceptelor, teoriilor și a modelelor privind și planificarea în activitățile de educație fizică și sport. C1.2 Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato-funcționale
--	--

si motricitate speciala), si planificarea continuturilor de baza ale domeniului cu orientare interdisciplinara.).	ale elevilor si ale practicantilor de activitati de educatie fizica si sport. C1.3 Aplicarea principiilor si metodelor de baza pentru elaborarea deciziilor privind activitatile de proiectare si planificare q continuturilor specifice activitatilor de educatie fizica si sport
C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă)	C2.1.Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive specifice programului de studii C2.3.Identificarea modelelor și implementarea lor în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor și conducerii activităților de educație fizică și sportive C2.4. Conceperarea, selectarea si aplicarea unor instrumente de evaluare corelatee cu cerintele pe cicluri? Grad de pregatire potrivit particularitatilor practicantilor de educatie fizica si sportive.
Competențe transversale	<i>Nu este cazul</i>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor acrobatice și a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare
7.2 Obiectivele specifice	Cunoașterea strategiei de predare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare; Cunoașterea strategiei de predare și conducere a traseelor utilitar aplicative Cunoașterea metodologiei de predare a elementelor acrobatice statice și dinamice cuprinse în programele școlare Cunoașterea metodologiei de predare a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare

7. Conținuturi.

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Notiuni generale privind programa scolara/ cilcul primar, ciclul gimnazial, ciclul liceal	Prelegere, discuții	2 ore
2. Metode de invatare-predare-evaluare	Prelegere, discuții	2 ore
3. Materiale utilizate in procesul de predare MAV	Prelegere, discuții	2 ore
4. Baza materiala necesara desfasurarii activitatilor de invatare a gimnasticii	Prelegere, discuții	2 ore
5. Metodica insusirii elemenetelor acrobatice statice	Prelegere, discuții	4 ore
6. Metodica insusirii elementelor acrobatice dinamice	Prelegere, discuții	4ore
7. Metodica insusirii complexelor de elemente acrobatice statice si dinamice	Prelegere, discuții	2 ore
8. Metodica insusirii traseelor aplicative	Prelegere, discuții	2 ore
9. Strategii de organizare si conducere a jocurilor acrobatice	Prelegere, discuții	2 ore
10. Metodica insusirii sariturilor cu sprijin / bazele generale	Prelegere, discuții	2 ore
11. Metodica insusirii sariturilor cu sprijin din programa scolara	Prelegere, discuții	4 ore

8.2 Bibliografie

a) Gimnastica acrobatica si sarituri

1. Chera- Ferrario Bianca, (2007), Gimnastica artistic – Note de curs – elemente de acrobatic, sarituri, elemente de gimnastica artistic, editura Crepuscul Ploiesti
2. Dobrescu Tatiana, Gimnastica - bazele teoretice si metodice, Ed. Pim, Iasi, 2007
3. Grigore Vasilica - Gimnastica Manual pentru cursul de baza, Ed. Bren , Bucuresti , 2003
4. Grosu Emilia, Bujor Cucu, Nut Ramona, Negru Nicolae – Gimnastica Educativa de Baza, Acrobatica si Sarituri la aparate, Ed. G.M.I., Cluj Napoca ,2006
5. Grosu Emilia Florina, Groza Gogean Gina, (2015), Gimnastica acrobatica si sarituri, editura G.M.I. Cluj-Napoca
6. Gonczi Raicu Maria, Nicolin Maria – Gimnastica , Ed. Mirton, Timisoara, 2002
7. Vieru Nicolae – Manual de Gimnastica Sportiva, Ed. Driada, Bucuresti, 1997
8. Janos Fekete – Gimnastica de Baza, Acrobatica si Sarituri, Ed.Librarilil Crican, Oradea, 1996

Lucrari practice		
-------------------------	--	--

1. - Prezentarea cerințelor pentru disciplina studiată - Strategia de organizare și de conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	2 ore
2. Procedee metodice de însușire a elementelor acrobatice statice	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	4 ore
3. procedee metodice de însușire a elementelor acrobatice dinamice	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	4 ore
4. Conceperea unor complexe de exercitii de elemente acrobatice statice si dinamice	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	4 ore
5. Strategia organizării și conducerii jocurilor acrobatice	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	2 ore
6. Procedee metodice de însușire a bazelor generale ale sariturilor	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	2 ore
7. procedee metodice de învățare a sariturilor cu sprijin la lada de gimnastica	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	2 ore
8. Procedee metodice de învățare a sariturilor cu sprijin la capra de gimnastica	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	2 ore
9. Strategia organizarii traseelor utilitar – aplicative	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea	4 ore
10. Evaluare practica	Explicații însoțite de demonstrații exersarea	2 ore
Bibliografie gimnastica acrobatica si sarituri		
9.	Chera- Ferrario Bianca, (2007), Gimnastica artistic – Note de curs – elemente de acrobatic, sarituri, elemente de gimnastica artistic, editura Crepuscul Ploiesti	
10.	Dobrescu Tatiana, Gimnastica - bazele teoretice si metodice, Ed. Pim, Iasi, 2007	
11.	Grigore Vasilica - Gimnastica Manual pentru cursul de baza, Ed. Bren , Bucuresti , 2003	
12.	Grosu Emilia, Bujor Cucu, Nut Ramona, Negru Nicolae – Gimnastica Educativa de Baza, Acrobatica si Sarituri la aparate, Ed. G.M.I., Cluj Napoca ,2006	
13.	Grosu Emilia Florina, Groza Gogean Gina, (2015), Gimnastica acrobatica si sarituri, editura G.M.I. Cluj-Napoca	
14.	Gonczy Raicu Maria, Nicolin Maria – Gimnastica , Ed. Mirton, Timisoara, 2002	
15.	Vieru Nicolae – Manual de Gimnastica Sportiva, Ed. Driada, Bucuresti, 1997	
16.	Janos Fekete – Gimnastica de Baza, Acrobatica si Sarituri, Ed.Libraril Crican, Oradea, 1996	

1. comunității epistemice, 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

2. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Evaluare finală</i>	<i>Examen scis</i>	50%
	-	-	-
10.5 Seminar/laborator	<i>Evaluare finală</i>	<i>Examen practic</i>	50%
	<i>Activitate la seminar</i>	-	
10.6 Standard minim de performanță:			<i>nota min. 5</i>

Data completării

Semnătura titularului de curs
Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina

Semnătura titularului de seminar
Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina

Data avizării în catedră

.....

Semnătura director de departament

.....