

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	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei (ro)	METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Cărăbaș Ionică						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Cărăbaș Ionică						
2.4 Anul de studiu	3	2.5 Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	C	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/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					42
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual	69				
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"> Fundamentele atletismului, Atletism – tehnica probelor
--------------------	--

4.2. de competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Să poată demonstra elemente tehnice specifice atletismului
--------------------	--

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală sport UEM, Stadion Atletism

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; • Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională; •

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și înțelegerea (cunoașterea și înțelegerea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei) din punct de vedere tehnic a predării și învățării probelor atletice cerute de educația fizică școlară, de realizare a programei școlare la disciplina atletism.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderii de a preda, precum și a competențelor specifice disciplinei. • Realizarea de competențe în vederea practicării independente în timpul liber a activitatilor atletice și sportive.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni generale privind metodică predării	Curs interactiv	2

2. Metodica predării atletismului în învățământul primar	Curs interactiv	6
3. Metodica predării atletismului în învățământul gimnazial	Curs interactiv	6
4. Metodica predării atletismului în învățământul liceal	Curs interactiv	6
5. Selecția în atletism la nivelul școlar primar, gimnazial, liceal	Curs interactiv	6
6. Regulamentul de desfășurare a competițiilor atletice școlare (triatlon și tetratlon)	Curs interactiv	2

Bibliografie

1. Cărăbaș I, Atletism - metoda predării, Editura Eurobit, 2012
2. Cărăbaș Ionică, Metodica predării atletismului în școală, Editura Eurobit, 2014
3. Carabaș, I. (2023), Metodica predării atletismului în școală, Note de curs
4. FRA. Regulamentul concursurilor de atletism. București, 2002
5. Tatu, T., și colab., Atletism - note de curs, Editura Fundației România de Măine, București, 1996
6. Radoslav R., Râță E., Puta T., Cărăbaș I., Atletism, Tipografia Universității de Vest, Timișoara, 1997
7. Radoslav R., Râță E., Puta T., Cărăbaș I., Atletism – metoda predării, Tipografia Universității de Vest, Timișoara, 1998
8. Stoica M., Ivan C., 2011, Didactica predării atletismului, Editura Discobolul, București

https://www.researchgate.net/publication/313692783_METODOLOGIA_PROIECTARII_DIDACTICE_IN_EDUCATIA_FIZICA_SI_SPORTIVA

- MEN, (2013). *Programa școlară pentru educație fizică* (Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a).

https://www.edums.ro/invprimar/54_Educatie%20fizica_CP_II_OMEN.pdf

- MEN, (2014). *Programa școlară pentru educație fizică* (CLASELE a III-a – a IV-a).

<https://ro.scribd.com/document/360373076/26-Educatie-fizica-clasele-a-III-a-a-IV-a-pdf>

- MEN, (2017). *Programa școlară pentru educație fizică* (CLASELE a V-a – a VIII-a).

<http://programe.ise.ro/Portals/1/Curriculum/2017-progr/75-Educatie%20fizica%20si%20sport.pdf>

- ME. (2022). *Repere metodologice pentru aplicarea curriculumului național la cls a IX-a și a X-a în anul școlar 2022-2023. Educație fizică. Învățământ liceal și învățământ profesional*. București

https://www.edu.ro/sites/default/files/fisiere/Minister/2023/preuniversitar_root/repere_metodologice_XI/invatamant_liceal/R/EPERE_METODOLOGICE_ED_FIZICA_2023_2024_CLS_XI.pdf

8.2 Lucrări practice	Metode de predare	Observații
1. Metodica predării atletismului în învățământul primar.	Explicare, demonstrare, repetare	6
2. Metodica predării atletismului în învățământul gimnazial.	Explicare, demonstrare, repetare	6
3. Metodica predării atletismului în învățământul liceal.	Explicare, demonstrare, repetare	6
4. Metodica dezvoltării calităților psiho motrice la diferite vârste	Explicare, demonstrare, repetare	6
5. Regulamentul de desfășurare a competițiilor atletice școlare (triatlon și tetratlon)	Explicare, demonstrare, repetare	4

Bibliografie

1. Cărăbaș I, Atletism - metoda predării, Editura Eurobit, 2012
2. Cărăbaș Ionică, Metodica predării atletismului în școală, Editura Eurobit, 2014
3. Carabaș, I. (2023), Metodica predării atletismului în școală, Note de curs
4. Daniels, J., Manual de alergare, Ed. Pilot Books, 2022
5. FRA. Regulamentul concursurilor de atletism. București, 2002

6. Tatu, T., și colab., Atletism - note de curs, Editura Fundației România de Mâine, București, 1996
7. Radoslav R., Râță E., Puta T., Cărăbaș I., Atletism, Tipografia Universității de Vest, Timișoara, 1997
8. Radoslav R., Râță E., Puta T., Cărăbaș I., Atletism – metodica predării, Tipografia Universității de Vest, Timișoara, 1998
9. Stoica M., Ivan C., 2011, Didactica predării atletismului, Editura Discobolul.

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).

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Verificarea nivelului de cunoștințe teoretice	Scris	70%
10.5 Lucrări practice	Cunoștințele practice	Evaluare practică	30%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • prezența la cursuri în proporție de 50% și de 100 % la lucrări practice • promovarea probelor practice specifice • cunoștințe teoretice de minimum nota 5 la examenul teoretic. 			

Data completării: 18.06.2024	Semnătura titularului de curs Conf. univ. dr. Cărăbaș Ionică	Semnătura titularului de seminar
Data avizării:	Responsabil program Conf. univ. dr. Cărăbaș Ionică	Director departament Conf. univ. dr. Marius Alin Baciu