



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „DUNĂREA DE JOS” DIN GALAȚI
1.2 Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE ȘI KINETOTERAPIE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	CICLUL I / LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TEORIA ȘI PRACTICA GIMNASTICII ACROBATICE / COD 0601.2OP13D						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect.univ.dr. Stoica Leonard						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof.univ.dr. Talaghir Laurențiu-Gabriel/Prof. dr. Nanu Liliana						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	V	2.7 Regimul disciplinei	OP

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	3.2 din care: curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	3.5 din care: curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					-
Alte activități (consultații, participări competiții studențești, pregătire examinare finală, interes)					24
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Intercondiționare
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Aplicarea design-ului instrucțional la cerințele unui învățământ național și european

6. Competențele specifice acumulate



Competențe profesionale	- Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor privind proiectarea și planificarea în activitățile de educație fizică și sport – 0,5 - 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 – 1,5 - Selectarea și introducerea conținuturilor specifice pe cicluri de învățământ/ grad de pregătire/ servicii sportive - 1 - Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de performanță – 1,5 - Utilizarea în comunicarea profesională a principiilor, regulilor și sistemelor specifice pentru aprecierea nivelului stadial al dezvoltării corporale armonioase, a condiției fizice și a motricității – 0,5
Competențe transversale	- 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 – 0,5 - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive – 0,5

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea și perfecționarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor de specialitate practico – metodice necesare utilizării conținutului gimnasticii în lecțiile de educație fizică
7.2 Obiectivele specifice	- Educarea capacității studenților de a acționa în vederea optimizării conținutului lecțiilor de educație fizică cu mijloace ale gimnasticii acrobatice - Utilizarea terminologiei specifice descrierii elementelor acrobatice - Cunoașterea pașilor metodici în învățarea elementelor acrobatice școlare

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
Generalități privind gimnastica în sistemul de educație fizică	prelegerea, conversația euristică, explicația, comunicare vizuală, studiul de caz, problematizarea, simularea de situații, metode de dezvoltare a gândirii critice, documentarea.	dezvoltarea capacității creative și de analiză prin utilizarea internetului și a tehnologiei moderne de predare
Reflectarea gimnasticii acrobatice în curriculumul școlar 1-4 / 5-8		
Aspecte generale privind gimnastica acrobatic (clasificarea elementelor acrobatice / desenele în gimnastică)		
Metodica învățării elementelor acrobatice statice cl 3-4		
Metodica învățării elementelor acrobatice statice 5-6		
Metodica învățării elementelor acrobatice statice 7-8		
Metodica învățării elementelor acrobatice dinamice		
Metodica învățării elementelor acrobatice dinamice		
Metodica învățării elementelor acrobatice dinamice		
Sărituri în gimnastica școlară		
Linii acrobatice și elemente de legătură între elementele acrobatice statice și dinamice		
Jocuri de mișcare realizate cu ajutorul elementelor acrobatice		



Bibliografie

1. Cârstea, G. – *Didactica educației fizice*, ANEFS, Bucuresti, 2000.
2. Dulgheru, H. – *Gimnastica*, Editura Universitatea Galați, 1978.
3. Grimalschi, T. – *Curs universitar de gimnastică* – ghid metodologic, Editura
4. Nanu, L. – *Metodica predării gimnasticii*, Editura Soimu, Galați, 2007.
5. Săvescu, I. – *Educație fizică, ghid orientativ pentru titularizare, definitivat și gradul II*, Editura Aius Print, Craiova, 2008
6. Strujan I., Bădău, D., Bădău, A., *Educație fizică școlară / ghidul profesorului*, Botoșani, 2009
7. Talaghir L-G., *Gimnastica - Exerciții de front, ordine și formații – lucrări practice*, Ed. Valinex, Chișinău, 2009
8. Talaghir L-G., *Gimnastica în liceu*, Ed. Zigotto, Galați, 2010
9. Talaghir L-G., *Teoria și practica gimnasticii acrobatică/Note de curs*, Ed. Zigotto, Galați, 2015
10. Talaghir L-G., *Gimnastica acrobatică școlară*, Ed. Zigotto, Galați, 2015
11. Tudusciuc, I. – *Gimnastica sportivă*, Editura Sport – Turism, Bucuresti, 1984.
12. Vieru, N. – *Manual de gimnastică sportivă*, Editura Driada, Bucuresti, 1997

8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Însusirea capacității de predare și execuție a elementelor acrobatică cu caracter static – de mobilitate și echilibru (sforile, podurile și cumpenele) și de forță și echilibru (stând pe umeri, pe cap și pe mâini)	descrierea, explicația, demonstrația, lucru individual, lucru pe perechi	
Însusirea capacității de predare și execuție a elementelor acrobatică dinamice (rulări, rostogoliri, îndreptări, răsturnări și salturi)		
Însusirea capacității de predare și execuție a săriturilor specifice gimnasticii școlare		
Dezvoltarea capacității practice de a structura linii acrobatică cu elementele acrobatică cunoscute		
Utilizarea de jocuri motrice de mișcare pentru învățarea elementelor acrobatică		

Bibliografie

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Nivelul cunoștințelor teoretice	Examinare finală - oral /lucrare scrisă; față în față / online	70%
10.5 Seminar/laborator	Calitatea elementelor însușite, raportate la prevederile fișei disciplinei	Testări sumative / referate online	30%
10.6 Standard minim de performanță			
• Cerințe minime de promovare: minim nota 5 la activitățile practice • Frecvența orelor de seminar să acopere minim 80% din încărcătura alocată disciplinei, iar conduita la activități să fie de un nivel academic corespunzător.			



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



Data completării
28 / 09 / 2022

Semnătura titularului de curs
Lect.univ.dr. Stoica Leonard

Semnătura titularului de seminar
Prof. dr. hab. Talaghir Laurentiu-Gabriel

Data avizării în catedră

Semnătura Director Departament
Prof. dr. Nanu Liliana

1.10.2022