

PROPUNERI PRIVIND SCOATEREA LA CONCURS A UNUI POST DIDACTIC

1. DESCRIEREA POSTULUI SCOS LA CONCURS:

- Facultatea de Educație Fizică și Sport
- Departamentul de Educație Fizică, Sport și Kinetoterapie
- Denumirea postului: **Lector universitar**
- Poziția din Statul de funcțiuni: **28**

2. DISCIPLINELE DIN POSTUL SCOS LA CONCURS:

- Gimnastică de bază;
- Teorie și practică gimnastică

3. ATRIBUȚIILE/ACTIVITĂȚILE AFERENTE POSTULUI SCOS LA CONCURS:

Activități de predare

- Gimnastică de bază, An I program de studii licență KMS – 1 serie x 2 = 2 ore

Activități de seminar/ lucrări practice

- Gimnastică de bază, An I program de studii licență KMS – 4 grupe x 1 = 4 ore
- Gimnastică de bază, An I program de studii licență EFS – 2 grupe x 1 = 2 ore
- Teorie și practică gimnastică, An II program de studii licență EFS – 2 grupe x 1 = 2 ore

TOTAL = 10,00 ore/săptămână

4. TEMATICA PROBELOR DE CONCURS

DISCIPLINA: GIMNASTICĂ DE BAZĂ

- Noțiuni de bază în gimnastică și kinetoterapie: terminologia gimnasticii, cerințele terminologiei, reguli privind descrierea exercițiilor în gimnastică, pozițiile și mișcările segmentelor corpului
- Exerciții de dezvoltare fizică generală: sistematizarea exercițiilor de dezvoltare fizică, bazele generale ale mișcărilor, corectarea atitudinilor deficiente ale corpului prin exerciții de D.F.G, cerințe metodice de elaborare a complexelor de exerciții de dezvoltare fizică generală
- Exerciții aplicative: deprinderi aplicativ-utilitare, deprinderi motrice de bază, parcursuri aplicative, corectarea atitudinilor deficiente ale corpului prin exerciții aplicative
- Importanța și sistematizarea gimnasticii aplicate

Bibliografie

Buțu, I., M. (2015). *Gimnastică ritmică baze generale*. București: Editura Fundației România de Mâine.

Niculescu, G. (2014). *Gimnastica de bază Curs în tehnologie IFR*. București: Editura Fundației România de Mâine

Tuduscuc I. (2005), *Gimnastică de bază – Pregătirea aparatului locomotor* București, Editura Fundației România de mâine

DISCIPLINA: TEORIE ȘI PRACTICĂ GIMNASTICĂ

- Exerciții de organizare și ordine: consolidarea cunoștințelor însușite anterior;
- Exerciții de dezvoltare fizică generală: consolidarea cunoștințelor privind predarea exercițiilor libere, cu partener, bastoane, exerciții cu mingi medicinale, exerciții cu/ pe/ la/ peste/ banca de gimnastică, exerciții la scara fixă;
- Exerciții aplicative, parcursuri aplicative;
- Exerciții acrobatice: învățarea elementelor statice și dinamice, legări și combinații de 4, 5, 6 elemente acrobatice;

Bibliografie

Niculescu, G. (2010). *Gimnastica acrobatică și săriturile în școală*. București: Editura Bren

Niculescu, G. (2010). *Gimnastica – repere teoretice*. București: Editura Bren

Niculescu, G. (2003). *Gimnastica artistică-repere teoretice și metodice*. București: Editura ARVIN Press

Potop, V. (2008). *Gimnastica artistică feminină*. București: Editura Bren

Director de departament,
Conf. univ. dr. Gheorghe Daniel