

UNITATE CURS II

Cunoștințele necesare profesorului în timpul predării lecțiilor cu teme din atletism

În timpul predării lecțiilor cu teme de atletism, un cadru didactic cu specializarea educație fizică și sport trebuie să dețină cunoștințe generale și specifice prin a căror transmitere să permită elevilor să-și formeze diferite competențe (subcapitolul 2.5.).

CUNOȘTINȚELE GENERALE pot fi:

- cunoștințe privind cerințele documentelor școlare (plan tematic anual, plan calendaristic, programă școlară, fișa elevului, documente specifice organizării competițiilor de atletism);
- cunoștințe privind metodele didactice optime de predare și învățare a atletismului;
- cunoștințe privind evaluarea deprinderilor și priceperilor motrice și a aptitudinilor psihomotrice prin probe atletice;
- cunoștințe privind standardele de performanță ce trebuie atinse de elevi la disciplina „Atletism”;
- cunoștințe privind stimularea participării active la efectuarea structurilor de exerciții specifice;
- cunoștințe privind stimularea practicării independente în timpul liber a anumitor exerciții din atletism (alergări, jogging, aruncări etc), la nivel de amator sau chiar la nivel de performanță;
- cunoștințe referitoare la socializare prin practicarea alergărilor tip jogging, cros, alergare montană etc.

CUNOȘTINȚELE SPECIFICE necesare profesorului în predarea atletismului la nivel gimnazial pot fi:

- cunoștințe privind **principalele poziții și direcții** ale mișcărilor specifice atletismului;
- cunoștințe privind **biomecanica, tehnica și metoda** exercițiilor din atletism;

- cunoștințe privind *principalele grupe musculare* care sunt solicitate în practicarea probelor atletice;
- cunoștințe privind *normele de protecție și prevenire a accidentelor* în timpul practicării exercițiilor din atletism;
- cunoștințe privind *echipamentul și materialele* necesare practicării atletismului;
- cunoștințe privind *regulamentul anumitor probe* care se predau la nivel gimnazial și cu care elevii se pot întâlni în cadrul concursurilor organizate sub egida Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar;
- cunoștințe privind *organizarea și coordonarea* unui competiții atletice (arbitraj, înscrierea concurenților, regulile de departajare în caz de egalitate, elaborarea clasamentelor);
- cunoștințe privind *plasamentul profesorului* în timpul predării atletismului;
- cunoștințe privind *aparatele, dispozitivele și instalațiile* ce pot fi utilizate în predarea atletismului la nivel gimnazial;
- cunoștințe privind *personalitățile și recordurile din lumea atletismului* pe plan național și internațional;
- cunoștințe privind *efectele psiho-fiziologice ale practicării exercițiilor și probelor atletice*;
- cunoștințe privind *dozarea efortului* în timpul execuției diferitelor exerciții sau probe din atletism (cunoștințe necesare stabilirii relației volum - intensitate);
- cunoștințe privind *transferul anumitor deprinderi și priceperi* motrice din atletism în practicarea altor ramuri sportive;
- cunoștințe de *psihologie necesare comunicării și relaționării* cu elevii;
- cunoștințe privind *formarea la elevi a reprezentării corecte* asupra mișcărilor specifice din atletism (cunoștințe din fiziologie și anatomie);
- *cunoștințe de bază într-o limbă de circulație internațională* (engleză, franceză etc) privind principalii termeni cu care se operează în atletism (cunoștințe care pot fi extrem de utile în predarea atletismului la clase/grupe în care sunt înscriși și cetățeni de altă naționalitate);

- cunoștințe de **deontologie, etică și fairplay**.

Concluzionând, suntem de părere că având un *repertoriu complex de cunoștințe, din diferite domenii*, un profesor, respectând bineînțelele principii didactice, nu poate decât să-și atingă cu succes obiectivele în predarea conținuturilor specifice atletismului la nivel gimnazial.

Tema Unitate curs II

Descrieți în cuvintele dumneavoastră ce cunoștințe privind **dozarea efortului** în timpul execuției diferitelor exerciții sau probe din atletism ar trebui să dețină profesorul de EFS. Practic, sub ce formă ar trebui să ofere dozarea profesorul elevilor, în funcție de tipul mijloacelor din atletism. (propuneți 1 exemplu).

Tema va fi descrisă **maxim 1 pagină (cu tot cu exemplul propus)**.

Tema va fi trimisă, pentru centralizare, colegului dvs STRUGARU PETRU....la adresa de mail: seaper_peter_35@yahoo.com