

PROIECTAREA MODULULUI „GIMNASTICĂ” ÎN CONFORMITATE CU PREVEDERILE CURRICULUMULUI RECONCEPTUALIZAT LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ

Bragarenco Nicolae,

Universitatea de Stat din Moldova, Chișinău

Nistrean Alina,

Liceul Privat „Da Vinci”, Chișinău

Keywords: *Long-term design, physical education, gymnastics.*

Abstract. *This article presents the methodological aspect of didactic design for the physical education discipline according to the provisions of the disciplinary curriculum, 2019. Based on the concept of the national curriculum of the discipline, conceptual landmarks, new guidelines, specific aspects of the contents "Gymnastics" in the discipline of physical education for students in the gymnasium cycle according to the benchmarks presented in the guide for implementing the disciplinary curriculum.*

Actualitatea cercetării. Curriculumul la disciplina Educație fizică, fiind elaborat în scopul asigurării calității și eficienței procesului educațional, a suportat modificări esențiale, printre care evidențiem următoarele: reorganizarea modulară a disciplinei; repartizarea orientativă a orelor pe module; repartizarea probelor de sport pe module; redefinirea competențelor specifice; proiectarea matricii generativă a unităților de competență; reformularea unităților de competență; proiectarea modulelor obligatorii și la alegere pe niveluri și subniveluri; proiectarea matricii generative a conexiunilor inter- și transdisciplinare [3, p.73].

Organizarea învățământului din perspectiva formării competențelor elevilor conduce la conceperea procesului de educație în funcție de potențialitatea și interesele elevilor. Activitățile de predare, învățare și evaluare, tehnicile și instrumentele de evaluare trebuie construite în funcție de competențele care trebuie formate la elevi [1, p.39; 2, p.6].

Proiectarea demersului didactic la disciplina Educație fizică solicită cadrului didactic gândirea în avans a derulării evenimentelor în clasă, o prefigurare a predării, învățării și evaluării, eșalonată pe 2 niveluri intercondiționate: proiectarea de lungă durată și proiectarea de scurtă durată [4, p.10].

Proiectul de lungă durată, pe baza planului cadru și a ghidului de implementare a curriculum-ului, este un document administrativ care asociază în mod personalizat elemente ale curriculum-ului (competențe specifice, unități de competență, conținuturi) cu alocarea de timp considerată optimă de către cadru

didactic. Aceasta presupune: realizarea asocierilor între competențe specifice, unități de competență și conținuturi; împărțirea în secvențe de conținut; stabilirea succesiunii parcurgerii secvențelor de conținut; alocarea timpului considerat necesar pentru fiecare secvență de conținut, în concordanță cu competențele și conținuturile vizate.

Scopul lucrării. Lucrarea dată, prin conținutul prezentat, își propune să dezvolte noi competențe și să crească capacitatea profesorilor de educație fizică din învățământul general din Republica Moldova de a mobiliza, a combina și utiliza în mod autonom capacitățile și competențele profesionale în acord cu diversele cerințe specifice față de proiectarea didactică, precum și de a implementa noile documente de politici educaționale elaborate.

Proiectarea modulului gimnastică în lecția de educație fizică. În contextul Curriculumului reconceptualizat pentru disciplina Educație fizică, conceptul central al proiectării curriculare la disciplină este proiectarea didactică personalizată. Proiectarea didactică personalizată exprimă dreptul cadrului didactic de a lua decizii asupra modalităților pe care le consideră optime în asigurarea calității procesului educațional la clasă. Totodată, prin proiectarea didactică personalizată, profesorul își asumă responsabilitatea de a asigura elevilor parcursuri școlare individualizate, în funcție de condiții și cerințe concrete (tab. 1, 2).

Completarea rubricilor ale proiectării de lungă durată sunt propuse următoarele Indicații:

- *Unitățile de competență* – în variantă schematică, se transcriu numerele de ordine ale tuturor unităților de competență prevăzute pentru modulul respectiv în Curriculumul disciplinar, dacă se consideră necesar – se transcriu din Curriculum.

- *Detalii de conținut* – se eșalonează subiectele tematice pentru secvențe de 1-3 ore din lista de conținuturi din Curriculumul disciplinar, apoi, în funcție de specificul disciplinei, creativitatea pedagogului și alți factori, se explicitează parcursul elevilor la fiecare lecție – mai succint sau mai desfășurat. Înscrierile din această rubrică trebuie să evidențieze formulări esențializate, care se vor trece în catalogul clasei la fiecare lecție.

- *Nr. ore* – se eșalonează câte o oră pentru fiecare detaliere de conținut corespunzătoare.

Tabelul 1. Model 1 de proiectare a Modulul Gimnastică -14 ore, clasa a 5-a

Unități de competență	Nr. lecț.	Detalii de conținut	Nr. ore	Data	Resurse	Ev.	Obs.
<p>Nivelul A1</p> <p>4.1. Identificarea beneficiilor practicării gimnasticii din perspectiva dezvoltării fizice armonioase.</p> <p>4.2. Acceptarea regulilor de securitate și normelor de igienă în cadrul practicării gimnasticii.</p> <p>4.3. Reproducerea comentată a mișcărilor locomotorii specifice gimnasticii.</p> <p>4.4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor</p>		<p>Conținuturi cognitive:</p> <p><i>Temă inter/ trans-disciplinară:</i></p> <p>Părțile corpului și mișcările specifice ale lor, tipurile somatice ale corpului</p> <p>Gimnastica – probă de sport și exercițiu fizic în cotidian</p> <p>Beneficiile practicării gimnasticii</p> <p>Reguli de securitate. Igiena personală și a echipamentului sportiv</p> <p>Poziții și mișcări locomotorii: poziții de bază: stând; ghemuit; culcat; așezat; mișcări ale segmentelor corpului: cap, trunchi, membrelor superioare, inferioare</p> <p>Conținuturi practice. Subiectele lecțiilor:</p>	Pe parcursul lecțiilor		Flipchart, fișe, planșe, proiector		
	1	Deplasări în formații: întoarceri și regrupări pe loc și în deplasare	1		Saltele, bancă, scară de gimnastică, trambulină, capră de gimnastică, funie, corzi, bară fixă, paralele egale	EI	
	2	Complexe de exerciții cu și fără obiecte, pe loc și în deplasare	1				
	3	Parcursuri aplicative cu elemente de mers, alergări, sărituri, târări, cățărări și escaladări	1				
	4	Săritura peste obstacole din diferite poziții, tehnica execuției	1				
	5	Săritura cu picioarele depărtat peste „capra” de gimnastică, tehnica execuției	1				
	6	Exerciții de echilibru pe banca de gimnastică, mers cu diferite poziții de brațe	1				
	7	Gimnastica aerobică: complexe de exerciții	1				
	8	Gimnastică la aparate: poziții, atârănări simple și mixte, balansări	1				
	9	Elemente acrobatice: echilibru pe un picior, stând pe omoplați, semisfoara, podul	1				
10	Elemente acrobatice: rulări, rostogoliri înainte și înapoi	1					

din gimnastică.	11	Elemente acrobatice, combinații acrobatice de 4-6 elemente însușite	1			
	12	Elemente acrobatice, combinații acrobatice de 4-6 elemente cu acompaniament muzical	1			
	13	Gimnastică la aparate: exerciții de echilibru, atârănări, balansări	1			
	14	Evaluare formativă Produsul: Element acrobatic, element la aparat, combinație acrobatică, săritură cu sprijin <i>*Elevii cu limitare parțială de efort fizic realizează produsele în măsura posibilităților.</i> <i>Elevii eliberați:</i> Produsul: Test de cunoștințe	1		Casetofon, saltele de gimnastică; Grilă de evaluare; fișe de evaluare reciprocă	EF

Tabelul 2. Modelul 2 de proiectare a Modulul Gimnastică – 10 ore, clasa a 5-a

Clasa a V	Nivelul Începător A1				
Modulul 4	Unități de competență:				
Gimnastică – 10 ore	4.1. Identificarea beneficiilor practicării <i>gimnasticii</i> din perspectiva dezvoltării fizice armonioase. 4.2. Acceptarea regulilor de securitate și normelor de igienă în cadrul practicării <i>gimnasticii</i> . 4.3. Reproducerea comentată a mișcărilor locomotorii specifice <i>gimnasticii</i> . 4.4. Coordonarea abilităților intelectuale, psihomotrice și comportamentale în procesul aplicării mijloacelor din <i>gimnastică</i> .				
Resurse	Saltele, bancă, scară de gimnastică, trambulină, capră de gimnastică, funie, corzi, bară fixă				
Data	Detalii de conținut	Ev	Activități de învățare	Obs.	
	Conținuturi cognitive: <i>Temă inter/trans disciplinară: Motivația pentru practicarea exercițiului fizic și sportului.</i> Gimnastica – probă de sport și exercițiul fizic în cotidian, Beneficiile practicării gimnasticii Reguli de securitate. Igiena personală și a echipamentului sportiv Poziții și mișcări locomotorii: poziții de bază: stând; ghemuit; culcat; așezat; mișcări ale segmentelor corpului: cap, trunchi, membrelor superioare, inferioare	Pe parcursul lecțiilor	Învățare prin sarcini de lucru: identificarea oportunităților de practicare a gimnasticii în mediul școlar, familial, comunitar. Workshop: schimb de bune practici privind performanțele motrice individuale		

Nr. o	Conținuturi practice. Subiectele lecției:		
1.	Deplasări în formații: întoarceri și regrupări pe loc și în deplasare		✓ Observarea, demonstrarea și explicarea diferitor mișcări specifice gimnasticii, a deosebirilor și a semănărilor lor în diferite activități motrice, eventual cu suport video/digital; ✓ Perfecționarea deprinderilor motrice specifice probelor atletice prin aplicarea variată a mijloacelor sportive și utilitar aplicative; ✓ Practicarea diferitor roluri în activități specifice gimnasticii la nivel de grup/clasă; ✓ Dezvoltarea calităților motrice prin mijloace specifice și mijloace îmbinate, exerciții poliometrice, ștafete și jocuri motrice
2.	Complexe de exerciții cu și fără obiecte, pe loc și în deplasare	EI	
3.	Parcursuri aplicative cu elemente de mers, alergări, sărituri, târări, cățărări și escaladări		
4.	Exerciții de echilibru pe banca de gimnastică, mers cu diferite poziții de brațe		
5.	Gimnastica aerobică: complexe de exerciții		
6.	Elemente acrobatice: echilibru pe un picior, stând pe omoplați, semisfoara, podul		
7.	Elemente acrobatice: rulări, rostogoliri înainte și înapoi		
8.	Elemente acrobatice combinații acrobatice de 4-6 elemente însușite		
9.	Elemente acrobatice, combinații acrobatice de 4-6 elemente cu acompaniament muzical		
10.	Gimnastică. Evaluare formativă Grupa de bază: Produsul: Element acrobatic, element la aparat, combinație acrobatică, săritură cu sprijin *Elevii cu limitare parțială a efortului fizic realizează produsele în măsura posibilităților. Elevii eliberați: Produsul: Test de cunoștințe	EF	

- *Data* – se trec datele calendaristice pentru fiecare oră, ținând cont de structura anului școlar și orarul clasei.

- *Resurse* – se indică la nivelul unității de învățare metodele și formele activității didactice la lecții, eventual, suporturi didactice auxiliare.

- *Evaluare* – se vor indica lecțiile în cadrul cărora se proiectează: evaluarea inițială (EI); evaluarea formativă (EF); evaluarea sumativă (ES).

- *Observații* – în această rubrică se înregistrează modificările care, eventual, vor surveni pe parcursul anului școlar, la fel se pot face înregistrări privind aspectele evaluării unităților de competență.

Concluzii și perspective pentru continuarea cercetărilor. Având un caracter personalizat proiectările de lungă durată (a modulelor) pot fi folosite doar ca repere pentru demersul educațional, cadrul didactic prin creativitatea și competența sa profesională poate completa rubrici/ conținuturi/ strategii didactice și al altor secvențe/modalități pe care le consideră optime în asigurarea calității procesului educațional.

Proiectarea de lungă durată la disciplina educație fizică în general, și în special a proiectării modulului gimnastică, fiind un document administrativ elaborat la începutul anului în baza programei curriculare, admite operarea unor ajustări pe parcursul anului, în funcție de mulți factori de impact, ce țin de specificul resurselor umane, naturale și materiale.

O abordare personalizată a proiectării de lungă durată poate derula prin proiectarea pe unități de învățare, prin care cadrul didactic cu experiență va completa detalierea de conținut proiectând strategii de predare-învățare-evaluare, forme de organizare, metode și mijloace eficiente și interactive în dependență de tipul sau etapele lecției de educație fizică.

Bibliografie

1. *Cadrul de referință al curriculumului național*, aprobat prin Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 432 din 29 mai 2017. https://mecc.gov.md/sites/default/files/cadrul_de_referinta_final_rom_tipar.pdf
2. *Curriculum Național. Educația fizică. Curriculum disciplinar. Clasele V-IX*. Chișinău: Liceum, 2020, 66 p. https://mecc.gov.md/sites/default/files/ed_fizica_gimnaziu_ro.pdf
3. Bragarenco, N., Burduh, A., Budac, A., Panfil, S. *Ghid de implementare a Curriculumului disciplinar Educație fizică. Clasele V-IX*. Chișinău: Liceum, 2020. 44 p. https://mecc.gov.md/sites/default/files/ed_fizica_gimnaziu_ro.pdf
4. Bragarenco, N., Carp, I., Grăciun, G. *Ghid de implementare a curriculumului pentru învățământul primar. Educația Fizică*. Chișinău: Liceum, 2018. 272 p. https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_curriculum_primare_rom_5.pdf