RAPORT DE ACTIVITATE

Proiect Erasmus+ – 2024-1-RO01-KA121-SCH-000202515

Job Shadowing

Disciplina: Educație fizică și sport

Locația: Ljubljana, Slovenia

Perioada desfășurării: 9 - 13 Martie 2026

Instituția gazdă: School Center High Scool for Mechanical Engineering, Chemistry and Security

Participant: Mondics Mirela Alina

Instituția de proveniență: Liceul Teoretic „Sfântu Niolae” Gheorgheni

1. Contextul activității

În cadrul Proiectului Erasmus+, activitatea de tip Job Shadowing desfășurată în Ljubljana, Slovenia, la disciplina Educație fizică și sport, s-a desfășurat pe parcursul a 5 zile și a avut drept scop principal dezvoltarea competențelor profesionale prin schimb de experiență, observarea directă a activităților didactice și identificarea unor exemple de bune practici aplicabile în activitatea educațională.

Participarea la această mobilitate a oferit oportunitatea de a analiza metode moderne de predare și organizare a lecțiilor de educație fizică, precum și de a observa modul în care sunt implementate strategiile educaționale centrate pe elev, în conformitate cu obiectivele stabilite prin acordul de învățare.

2. Obiectivele activității

Activitatea de schimb de experiență a urmărit atingerea următoarelor obiective principale:

♥dobândirea de noi informații privind planificarea eficientă a lecțiilor de educație fizică și sport;

♥observarea și analizarea strategiilor de management al clasei și al orei de sport;

♥ identificarea unor metode moderne de implicare activă a elevilor în procesul instructiv-educativ;

♥ cunoașterea tehnicilor de instruire și dezvoltare a abilităților motrice;

♥ promovarea muncii în echipă, a colaborării și a spiritului fair-play;

♥ susținerea dezvoltării condiției fizice și a stării generale de bine a elevilor;

♥ schimbul de bune practici între cadrele didactice participante;

♥ dezvoltarea competențelor profesionale și interculturale.

3. Activități desfășurate

Pe parcursul mobilității, au fost desfășurate activități de observare și analiză a lecțiilor de educație fizică și sport, precum și întâlniri de lucru cu profesorii din instituția gazdă.

Principalele activități realizate au inclus:

♥ participarea la lecții practice și teoretice de educație fizică;

♥ observarea modului de organizare și structurare a lecțiilor;

♥ analiza strategiilor utilizate pentru menținerea disciplinei și implicarea activă a elevilor;

♥ schimb de experiență privind metodele de evaluare și feedback;

♥ observarea utilizării jocurilor și activităților interactive pentru dezvoltarea spiritului de echipă;

♥ participarea la discuții profesionale privind adaptarea activităților sportive la nevoile și nivelul elevilor;

♥ identificarea modalităților de promovare a unui stil de viață sănătos și activ.

4. Rezultate și competențe dobândite

În urma participării la activitatea de Job Shadowing, au fost dobândite și consolidate o serie de competențe profesionale relevante:

♥ îmbunătățirea capacității de planificare și organizare a lecțiilor de educație fizică;

♥ dezvoltarea competențelor de management al clasei și gestionare eficientă a timpului didactic;

♥ aplicarea unor strategii moderne de motivare și implicare a elevilor;

♥ diversificarea metodelor de instruire a abilităților motrice și sportive;

♥ aprofundarea importanței colaborării și muncii în echipă în activitățile sportive;

♥ creșterea nivelului de înțelegere privind promovarea sănătății, a condiției fizice și a stării de bine;

♥ dezvoltarea competențelor de comunicare și colaborare interculturală.

Experiența acumulată contribuie la îmbunătățirea calității activităților didactice și la implementarea unor practici educaționale moderne în cadrul instituției de proveniență.

5. Impactul activității

Participarea la această mobilitate Erasmus+ a avut un impact pozitiv atât la nivel profesional, cât și personal. Activitatea a contribuit la:

♥ creșterea motivației pentru dezvoltare profesională continuă;

♥ adoptarea unor metode interactive și eficiente de predare;

♥ consolidarea cooperării internaționale între instituțiile partenere;

♥ promovarea valorilor europene, a incluziunii și a colaborării;

♥ îmbunătățirea calității procesului educațional în domeniul educației fizice și sportului.

De asemenea, experiența dobândită va fi valorificată prin diseminarea bunelor practici în cadrul instituției de proveniență și prin integrarea noilor metode în activitatea didactică.

6. Concluzii

Activitatea de Job Shadowing desfășurată în Ljubljana, în cadrul Proiectului Erasmus+, a reprezentat o experiență profesională valoroasă, oferind posibilitatea observării directe a unor metode moderne de predare și organizare a activităților sportive.

Obiectivele stabilite în acordul de învățare au fost atinse prin participarea activă la activitățile de observare și schimb de experiență, contribuind la dezvoltarea competențelor profesionale și la îmbunătățirea practicilor educaționale.

Experiența acumulată va sprijini implementarea unor activități didactice inovatoare, centrate pe elev, cu accent pe colaborare, dezvoltarea condiției fizice și promovarea unui stil de viață sănătos.

Data: 30 III 2026

Semnătura :