



MINISTERUL EDUCAȚIEI
UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR
Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070
<http://www.uav.ro>; e-mail: rectorat@uav.ro
Operator de date cu caracter personal nr.2929

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Educație fizică și sport
1.5. Anul universitar	2021-2022
1.6. Ciclul de studii	Licență
1.7. Specializarea / Programul de studii	Educație fizică și sportivă
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BIAS5O01 Metodica predării baschetului în școală
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Șerban Ovidiu Gheorghe
2.3. Asistent	doctor Șerban Ovidiu Gheorghe
2.4. Anul de studiu	3
2.5. Semestrul	1
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3
3.2. Ore de curs pe săptămână	1
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	42
3.5. Ore de curs pe semestru	14
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	28
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	15
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	5

3.4.4. Tutoriat	10
3.4.5. Examinări	8
3.4.6. Alte activități ...	10
3.7. Total ore studiu individual	58
3.8. Total ore pe semestru	42
3.9. Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Precondiții de curriculum	Didactica educației fizice și sportului, Pedagogie, Psihologie
4.2. Precondiții de competențe	Cunoașterea și înțelegere, explicare și demonstrare elemente tehnico - tactice

5. Condiții necesare (acolo unde este cazul)

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	Sala de curs și seminar cu dotări adecvate; Bibliotecă cu lucrări de referință în domeniu, review-uri și articole, materiale digitale
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	Sală de sport dotată cu aparatură și materiale specifice activității; materiale digitale, studii de caz, întrebări-test, manuale și cărți de specialitate.
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	C1 Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. 1 credit C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. 1 credit
6.2. Competențe transversale	CT1 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. 1 credit CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive. 1 credit

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Formarea unui sistem de cunoștințe cu caracter științific și practico-metodic despre conținutul și caracteristicile jocului de handbal (învățarea elementelor și procedeele tehnice, învățarea elementelor tactice în apărare și atac, învățarea regulamentului de joc, învățarea metodicii predării elementelor tehnice și tactice la jucătorii cuprinși între 7-18 ani)
7.2. Obiectivele specifice	Prin conținutul cursului se urmărește formarea profilului viitorului profesor de educație fizică, posesor al unui volum de cunoștințe teoretice și practice care să-i permită abordarea acestui joc sportiv în școală. În acest sens, studentul este instruit să-și ridice nivelul pregătirii tehnico-metodice individuale, în paralel fiind înarmat cu metode și mijloace necesare predării baschetului în lecția de educație fizică conform programei școlare pentru toate gradele de învățământ.

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații

1. Bazele generale ale teoriei, metodici si practicii jocului de baschet. 2. Istoria jocului de baschet. 3. Regulamentul jocului de baschet. 4. Caracteristicile jocului de baschet. 5. Metodica invatarii tehnicii fara minge in jocul de baschet. 6. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Pasa. 7. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Driblingul, opririle, pivotarea si aruncarile. 8. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Blocajul defensiv. 9. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Depasirile si marcajul. 10. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Tactica colectiva. 11. Metodica invatarii tehnicii jocului cu minge. Sisteme de atac si aparare. 12. Jocuri pregatitoare pentru invatarea si perfectionarea jocului de baschet. 13. Baschetul sport adaptat. 14. Baschetul in scoala	Prelegere; Dialog interactiv; Discuția, Conversația, Instruirea directă	
<p>8.2 Bibliografie Curs</p> <p>1. BAROGA, Lazăr- Educarea calităților motrice combinate, Editura Sport -Turism, București, 1984.</p> <p>2. BETRAN, J.C.; (SONI J.T.-Capacitatea motrică în baschet. Motricitate,tehnică și dezvoltarea capacității motrice la jucătorii de baschet. în Revista de Cultura Sportiva nr. 24, 1992.</p> <p>3.CREVECOEUR, Guy; LECHIEN, Marcel; REDOUTE, Pierre -Basketball, Editions Amphora, Paris, 1988.</p> <p>4.GHITESCU, Iulian Gabriel -Baschet. Exerciții pentru învățarea tehnicii și tacticii individuale, Editura Semne, București, 2002</p> <p>5. HRIȘCĂ A.; PREDESCU T.; POPESCU A. -Baschetul la copii și juniori, Editura Sport-Turism, București, 1985</p> <p>6. MOANTA, Alina Daniela. - Pregătirea fizică în jocul de baschet. PRO-Editura, 2000.</p> <p>7. NEGULESCU C, POPESCU F., MOANȚĂ A., PREDA C. –Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet. MI, ANEFS, București, 1997.</p> <p>8. PREDESCU, Teodora; MOANȚĂ Alina, Baschetul în școală. Instruire - învățare. Editura Semne, București, 2001.</p>		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
1. Tehnica jocului cu minge - cu două mâini de la piept și deasupra capului 1. 2. Tehnica jocului cu minge - 2. de pe loc și din alergare, cu pământul 3. Tehnica jocului cu minge - cu o mână oferită, de la umăr 4-5. În atac: poziția fundamentală, alergarea specifică, schimbare de direcție. Piruete Tehnica jocului cu minge - prinderea, ținerea și pasarea mingii 3. În apărare: poziția fundamentală, alergarea cu spatele, pas adăugat, joc de picioare și lucru de brațe 6. Acțiuni tactice individuale în apărare: marcajul normal la jucătorul cu și fără mingă; recuperarea defensivă 7. Acțiuni tactice individuale în atac: demarcajul (pătrunderea), depășirea, recuperarea ofensivă 8. Instruirea tehnică și tactică individuală: structuri de procedee tehnice pentru îmbunătățirea jocului fără mingă în atac și a jocului apărătorului 9. Instruirea tehnică și tactică individuală învățarea și perfecționarea jocului cu mingea -repetarea sub forma unor structuri de procedee a elementelor tehnice însușite în semestrul anterior 10. Instruirea tehnică și tactică individuală pasa cu o mână în semicârlig, pasa din dribling și pasa din voleibol în doi timpi și pivotarea prin pășire și prin întoarcere, protecția mingii 11. Instruirea tehnică și tactică individuală dribling în diferite variante 12 perfecționarea structurilor de bază ale jocului în atac și apărare prin exerciții și jocuri cuprinzând principalele elemente tehnice și acțiuni tactice individuale, în cadrul unor relații atacant- apărător (1x1, 2x2, 3x3). 13. Instruirea tactică colectivă - învățarea și perfecționarea combinațiilor tactice: • în atac: "dă și du-te", încrucișare simplă, atacul în superioritate numerică (2x1, 3x2) • în apărare: "închiderea pătrunderii", "alunecarea", apărarea în inferioritate numerică (1x2, 2x3) 14. învățarea contraatacului și apărării împotriva contraatacului cu pasă la vârf și cu intermediar	Prelegere, Expunere, Dezbateri, Demonstrația intuitivă, Explicații și demonstrații, Discuția, Conversația, Chestionarea orală, Lucrul în echipă, Învățarea prin descoperire, Cooperare.	
<p>8.4 Bibliografie Seminar</p> <p>1. BAROGA, Lazăr- Educarea calităților motrice combinate, Editura Sport -Turism, București, 1984.</p> <p>2. BETRAN, J.C.; (SONI J.T.-Capacitatea motrică în baschet. Motricitate,tehnică și dezvoltarea capacității motrice la jucătorii de baschet. în Revista de Cultura Sportiva nr. 24, 1992.</p> <p>3.CREVECOEUR, Guy; LECHIEN, Marcel; REDOUTE, Pierre -Basketball, Editions Amphora, Paris, 1988.</p>		

4. GHITESCU, Iulian Gabriel -Baschet. Exerciții pentru învățarea tehnicii și tacticii individuale, Editura Semne, București, 2002
5. HRIȘCĂ A.; PREDESCU T.; POPESCU A. -Baschetul la copii și juniori, Editura Sport-Turism, București, 1985
6. MOANTA, Alina Daniela. - Pregătirea fizică în jocul de baschet. PRO-Editura, 2000.
7. NEGULESCU C, POPESCU F., MOANȚĂ A., PREDA C. –Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet. MI, ANEFS, București, 1997.
8. PREDESCU, Teodora; MOANȚĂ Alina, Baschetul în școală. Instruire - învățare. Editura Semne, București, 2001.

8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
8.6 Bibliografie Laborator		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei (acolo unde este cazul)

Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter pragmatic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul educației fizice și sportului, încadrabili la nivel de: Unități ale Ministerului Educației Cercetării Tineretului și Sportului, Unități ale Federației „Sportul pentru Toți”, Ministerului Apărării, Asociații și cluburi sportive, Centre de sănătate, destindere și petrecerea timpului liber, Centre de plasament, Fundații, firme, Centre turistice, Tabere, centre de joacă și recreere, etc.

10. Evaluare (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	Cunostinte teoretice	Evaluare scrisă	70%
10.2. Seminar	Deprinderi și priceperi Specifice jocului de baschet	Probe practice	30%
10.3. Laborator			
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță - 2 verificări practice pe parcursul celor 28 ore de LP, prin predare la clasele speciale cu teme stabilite de profesorii titulari; - 2 referate realizate și susținute în cadrul orelor practice, admise cu minimum nota 5, reprezintă modalitatea de obținere a numărului de credite prevăzut pentru activitatea independentă.			

Titular
doctor Șerban Ovidiu
Gheorghe

Asistent
doctor Șerban Ovidiu
Gheorghe

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Corina Ramona
Dulceanu

DECAN
Prof. univ. dr. Vasile Liviu
ANDREI