

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / Profesor de educație fizică

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDARII BASCHETULUI IN SCOALA						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector univ.dr. PAȘCAN ADRIAN						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Lector univ.dr. PAȘCAN ADRIAN						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	V	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/LP	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					26
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					4
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore pe semestru	125				
3.9 Numărul de credite	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none">Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none">Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none">Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none">Sală de sport cu teren regulamentar de baschet, mingi, maieuri, jaloane și ale materiale auxiliare

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C 1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă) • C 3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic • C 5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport
Competențe transversale	-

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice jocului de baschet, acțiunilor tactice individuale și colective precum și a principalelor noțiuni de regulament
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și însușirea procedeele tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale. • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară. • Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică și sport, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. • Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în lecția de educație fizică și activități de timp liber.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Locul și rolul baschetului în educația fizică școlară Prevederile programei școlare la ciclul primar, gimnazial și liceal	Curs interactiv	2 ore
Tehnica jocului de baschet	Curs interactiv	10 ore
Tactica jocului de baschet	Curs interactiv	8 ore
Baschetul în învățământul gimnazial	Curs interactiv	2 ore
Baschetul în învățământul liceal	Curs interactiv	2 ore
Jocuri pregătitoare și ștafete aplicate pentru învățarea jocului de baschet Activitatea profesorului de educație fizică, antrenor al echipei reprezentative	Curs interactiv	2 ore
Regulamentul de desfășurare al unei competiții școlare Metodica învățării arbitrajului în școală	Curs interactiv	2 ore

		Total 28 ore
Bibliografie		
1. Moanță, A., (2005) – <i>Baschet metodică</i> , Ed. Alpha, București.		
2. Moanță, A., (2000) – <i>Pregătirea fizică în jocul de baschet</i> , PRO- Editura.		
3. Negulescu, C., (1997) – <i>Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet</i> , Ed. ANEFS, București.		
4. Pop, H., Pascan, A., (2010) - <i>Baschet - Curs de baza</i> , Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.		
5. Pop, H., Roman, Gh., (2001) – <i>Baschetul în școală</i> , Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.		
6. Pop, H., Roman, Gh., (2007) – <i>Baschetul în învățământul gimnazial și liceal</i> , Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.		
7. Pop, H., (1996) – <i>Învățați baschet fără profesor</i> , Ed. Dacia, Cluj-Napoca		
8. Predescu, T., Moanță, A., (2001) _ <i>Baschetul în școală. Instruire-învățare</i> . Ed. Semne, București.		
9. Sabău, E., (2003) – <i>Jocuri de mișcare-fundamente teoretice și practice</i> . Ed. ARVIN PRESS, București		
8.2 Seminar / LP		
1. Poziția fundamentală. Pasul adaugat lateral, înainte, înapoi.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
2. Ținerea, prinderea și pasarea mingii de pe loc. Pasarea mingii de pe loc urmată de deplasare și pasarea mingii din deplasare.	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
3. Conducerea mingii (driblingul)	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
4. Schimbarea de direcție. Oprirea într-un timp și în doi timpi.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
5. Aruncarea la coș de pe loc	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
6. Aruncarea la coș din dribling.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
7. Marcajul și demarcajul.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
8. Pătrunderea și depășirea. Da si du-te.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
9. Atacul în semicerc (cu apărare om la om). Așezare în teren.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
10. Încrucișarea și blocajul	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
11. Atacul în superioritate numerică. Apărarea în inferioritate numerică.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
12. Sistemele de atac: 1-2-2, 3-2. Sisteme de apărare: om la om, zonă	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
		Total 28 ore
Bibliografie		

1. Moanță, A., (2005) – *Baschet metodică*, Ed. Alpha, București.
2. Negulescu, C., (1997) – *Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet*, Ed. ANEFS, București.
3. Pop, H., Roman, Gh., (2001) – *Baschetul în școală*, Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.
4. Pop, H., Roman, Gh., (2007) – *Baschetul în învățământul gimnazial și liceal*, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
5. Pascan A., (2018) - *Metodica predării baschetului în școală*, Cluj-Napoca.
6. Predescu, T., Moanță, A., (2001) – *Baschetul în școală. Instruire-învățare*. Ed. Semne, București

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice baschetului	Evaluare scrisă	40%
	Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni de regulament, a atribuțiilor profesorului de educație fizică în competiții	Evaluare scrisă	20%
10.5 Seminar/LP	Execuția corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba practică	Evaluare practică	20%
	Punerea în practică în timpul jocului a elementelor și procedeele tehnice	Evaluare practică	20%
10.6 Standard minim de performanță			
Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară în învățământul preuniversitar			

Data: 20.04.2021

Semnătura titularului de disciplină
Lector.univ.dr. PAȘCAN ADRIAN

Semnătura titularului de seminar
Lector univ. Dr. PASCAN ADRIAN

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. Baciu Alin