

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI CLUJ-NAPOCA
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTER
1.6 Programul de studiu / Calificarea	ANTRENAMENT ȘI PERFORMANȚĂ SPORTIVĂ Profesor de educație fizică/ Antrenor

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICA ÎN CLUBURI ȘI ASOCIAȚII SPORTIVE – SENIORI P1						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. univ.dr. MANASSES ILDIKO						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Lect. univ.dr. MANASSES ILDIKO						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	VP	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		3.3 seminar/LP	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs		3.6 seminar/LP	56
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					10
Examinări					4
Alte activități:					10
3.7 Total ore studiu individual		94			
3.8 Total ore pe semestru		150			
3.9 Numărul de credite		6			

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>Să parcurgă disciplina Baschet – bazele generale</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacitate de exprimare motrică și tehnică specifică baschetului</li> </ul>

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

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

## 6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"><li>• C 1. Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară</li><li>• C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică)</li><li>• C.4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport</li><li>• C 5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport</li></ul>
Competențe transversale	

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții pentru instruirea copiilor și juniorilor.</li></ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"><li>• Formarea cunoștințelor și priceperilor profesional-pedagogice necesare conducerii unei părți din lecția de antrenament, a întregii lecții și a unui ciclu de antrenamente.</li><li>• Însușirea unor cunoștințe privind rezolvarea sarcinilor administrativ organizatorice ale antrenorilor.</li><li>• Cunoașterea specificului activității în organele de conducere a secției, clubului și a FRB.</li><li>• Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții pentru instruirea copiilor și juniorilor.</li><li>• Cunoașterea modelelor ideale de performanță la nivelul juniorilor pe plan mondial.</li></ul>

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Conducere parțială a antrenamentului.	Explicație, demonstrație, repetare	20 ore
2. Conducere integrală a antrenamentului	Explicație, demonstrație, repetare	30 ore
3. Asistența la jocurile oficiale ale echipei cu efectuarea de înregistrări și comentarea lor.	Explicație, demonstrație, repetare	6 ore
		<b>Total 56 ore</b>

### Bibliografie

1. Colibaba, E.D., (2007), Praxiologie și Proiectare Curriculară în Educație Fizică și Sport, Edit. Universitaria Craiova

2. Moanță, A., (2005) – Baschet metodică, Ed. Alpha, București.

3. Negulescu, C., (1997) – Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet, Ed. ANEFS, București.

4. Pop, H., Roman, Gh., (2001) – Baschetul în școală, Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.

5. Pop, H., Roman, Gh., (2007) – Baschetul în învățământul gimnazial și liceal, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.

6. Predescu, T., Moanță, A., (2001) \_ Baschetul în școală. Instruire-învățare. Ed. Semne, București.

7. Programa de baschet pentru copii și juniori, (1996) FRBaschet, București.

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Federația Română de Baschet, Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee cu program Sportiv)

## 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Seminar/LP	Utilizarea adecvată a metodelor și mijloacelor în cadrul proiectării și		

	conducerii lecțiilor de antrenament sportiv în baschet la nivel de inițiere	Evaluare practico-metodică	60%
	Întocmirea portofoliului personal	Verificare portofoliu	40%

#### 10.6 Standard minim de performanță

Cunoașterea, înțelegerea, demonstrarea și folosirea în cadrul activității practice și a proiectării didactice a conținuturilor, principiilor și metodologiilor de instruire specifice baschetului juvenil

##### SISTEM CERINȚE PARTEA METODICĂ:

- Întocmirea a 25 planuri de antrenament și conducerea parțială și totală a antrenamentului
- Întocmirea portofoliului pentru stagiul de practică în medii de inițiere sportivă – începători
- Asistența la 20 antrenamente la SENIORI și înregistrarea acestora (30 ore)
- Asistența la 20 competiții (jocuri) la SENIORI și înregistrarea acestora (30 ore)
- PARTICIPAREA OBLIGATORIE la Campionatul Universitar de Baschet, faza pe Facultate, Universitate și pe țară. Implicarea în organizarea acestor campionate pentru fazele locale.(16 ore)

**NOTĂ: Numărul total al orelor pentru acest stagiul de practică este de 132, după cum urmează:**

- 56 ore Lucrări Practice
- 30 ore de asistență la antrenamente și înregistrarea acestora
- 30 ore asistență la competiții și înregistrarea acestora
- 16 ore implicare în organizarea campionatelor studențești –fazele locale

Semnătura titularului de curs

Lect.univ.dr. MANASSES ILDIKO

Semnătura titularului de semin

Lect.univ. MANASSES ILDIKO

Semnătura directorului de departament

Conf. univ.dr.BACIU ALIN