

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	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDARII BASCHETULUI IN SCOALA / METHODS OF COACHING BASKETBALL IN SCHOOLS						
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	5	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB - obligatorie

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					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					8
Examinări					2
Alte activități:					3
3.7 Total ore studiu individual	70				
3.8 Total ore pe semestru	125				
3.9 Numărul de credite	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	• Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală de sport cu teren regulamentar de baschet, mingi, maieuri, jaloane și ale materiale auxiliare

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; • Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive; • Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă; • Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport; • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului; •
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; • Cooperarea - în condiții de eficiență și eficacitate - în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului; • Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională; <p style="text-align: center;">-</p>

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 procedeelor 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
Baschetul ca mijloc al educației fizice	Curs interactiv	2 ore

Metodica predării tehnicii jocului de baschet	Curs interactiv	10 ore
Metodica predării tacticii jocului de baschet	Curs interactiv	8 ore
Baschetul în învățământul gimnazial	Curs interactiv	2 ore
Baschetul în învățământul liceal	Curs interactiv	2 ore
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) – *Baschet metodică*, Ed. Alpha, București.
2. Moanță, A., (2000) – *Pregătirea fizică în jocul de baschet*, PRO- Editura.
3. Negulescu, C., (1997) – *Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet*, Ed. ANEFS, București.
4. Pop, H., Pascan, A., (2010) - *Baschet - Curs de baza*, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
5. Pop, H., Roman, Gh., (2001) – *Baschetul în școală*, Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.
6. Pop, H., Roman, Gh., (2007) – *Baschetul în învățământul gimnazial și liceal*, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
7. Pop, H., (1996) – *Învățați baschet fără profesor*, Ed. Dacia, Cluj-Napoca
8. Predescu, T., Moanță, A., (2001) _ *Baschetul în școală. Instruire-învățare*. Ed. Semne, București.
9. Sabău, E., (2003) – *Jocuri de mișcare-fundamente teoretice și practice*. Ed. ARVIN PRESS, București

8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Metodica predării poziției fundamentale, a pasului adăugat lateral, înainte, înapoi.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
2. Metodica predării ținerii, prinderii și pasării mingii de pe loc. Metodica pasării mingii de pe loc urmată de deplasare și pasarea mingii din deplasare.	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
3. Metodica predării driblingului	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
4. Metodica predării schimbării de direcție și a opririi într-un timp și în doi timpi.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
5. Metodica predării aruncării la coș de pe loc	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
6. Metodica predării aruncării la coș din dribling.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
7. Metodica predării marcajului și a demarcajului.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
8. Metodica predării acțiunii tactice individuale: pătrunderea și a depășirii. Metodica predării acțiunii tactice colective: „dă și du-te.”	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
9. Metodica predării încrucișării și a blocajului	Explicație,	2 ore

	demonstrație, exersare	
10. Metodica predării contraatacului	Explicație, demonstrație, exersare	4 ore
11. Metodica predării atacului în superioritate numerică și în inferioritate numerică	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
12. Metodica predării atacului în semicerc 5x0 și a atacului cu un jucător centru 4-1	Explicație, demonstrație, exersare	4 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 metodelor de învățare a elementelor și procedeele tehnice	Evaluare scrisă	20%
10.5 Seminar/LP	Execuția corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba practică	Evaluare practică	20%
	Utilizarea adecvată a metodelor și mijloacelor în cadrul proiectării și conducerii lecțiilor de educație fizică cu tematici din handbal. Întocmirea proiectului didactic și respectarea conținutului acestuia în timpul conducerii lecțiilor	Evaluare practică	20%

	metodice		
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 completării: 27.03.2024	Semnătura titularului de curs Lect.univ.dr. PAȘCAN ADRIAN 	Semnătura titularului de seminar Lect.univ.dr. PAȘCAN ADRIAN 
Data avizării: 05.04.2024	Responsabil program Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 	Director departament Lector dr. Nuț Ramona Ancuța 