

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2019-2020

Anul de studiu III / Semestrul I

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei (conform OM 5703/2011, Anexa 3: 31-33).

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sportivă
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Educație Fizică și Sport

* pentru a specifica aspectele legate de calificare, vor fi trecute codurile COR și/sau denumirile profesiilor cărora se adresează programul de studii (conform mențiunilor din Planul de învățământ).

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ		2.2. Cod disciplină	EFS III 02			
2.3. Titularul activității de curs	Lector univ. dr. Liana Maria Costea						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Lector univ. dr. Liana Maria Costea						
2.5. Anul de studiu	III	2.6. Semestrul	II	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe saptamana	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	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					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					17
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități					-

3.7 Total ore studiu individual	69
3.8 Total ore din planul de învățământ*	56
3.9 Total ore pe semestru	125
3.10 Numărul de credite**	5

* 3.8. = 3.4. + 3.7.; numărul total de ore pe semestru trebuie calculat în funcție de nr. de credite (3.9.) și de volumul de muncă aferent unui credit (1 credit = 25 ore conform Ghidului de aplicare a ECTS).

** 3.9. = numărul de credite prevăzut a fi atribuit disciplinei prin planul de învățământ.

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs cu dotări adecvate: acces la internet și echipamente multimedia.
--------------------------------	---

5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sala de sport cu teren regulamentar de handbal / mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare.
--	--

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. 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 Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport.
Competențe transversale	

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice jocului de handbal, acțiunilor tactice individuale și colective precum și a principalelor noțiuni de regulament. Disciplina are ca obiectiv general însușirea de către studenți a sistemului de cunoștințe privind metodologia domeniului, identificarea și utilizarea unor metode și mijloace consacrate pentru însușirea corectă a elementelor tehnice, analizarea, interpretarea și evaluarea documentelor de planificare necesare profesorului la clasa de elevi.
7.2 Obiectivele specifice	Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea adecvată a diferitelor concepte teoretice de bază, a principalelor teorii și orientări specifice disciplinei: identificarea de termeni, relații, procese; perceperea unor relații și conexiuni. Operarea cu conceptele fundamentale ale educației fizice în general și ale handbalului în special și utilizarea corectă a termenilor de specialitate specifice jocului de handbal. Cunoașterea și însușirea procedeeilor 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.

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<i>Tendențele actuale în dezvoltarea jocului de handbal la nivel național și internațional</i>	Prelegere, discuții	2 ore
Caracteristicile generale actuale ale jocului de handbal	Prelegere, discuții	2 ore
Prevederile programei școlare la ciclul primar	Prelegere, discuții	2 ore
Prevederile programei școlare la ciclul gimnazial	Prelegere, discuții	2 ore
Tehnica jocului de handbal	Prelegere, discuții	2 ore
Tactica jocului de handbal	Prelegere, discuții	2 ore
Tactica jocului de handbal în apărare		2 ore
Metodica învățării, repetării și consolidării elementelor și procedeeilor tehnice specifice jocului în atac	Prelegere, discuții	2 ore
Metodica învățării, repetării și consolidării elementelor și procedeeilor tehnice specifice jocului în apărare	Prelegere, discuții	2 ore
Metodica învățării și consolidării acțiunilor tactice în apărare	Prelegere, discuții	2 ore
Metodica învățării și consolidării acțiunilor tactice în atac	Prelegere, discuții	2 ore
Formele și modelele de joc ale jocului de handbal din învățământul primar și gimnazial	Prelegere, discuții	2 ore

Regulamentul jocului de handbal	Prelegere, discuții	2 ore
Recapitulare	Prelegere, discuții	2 ore
Bibliografie		
Balint, E., (2004), Instruirea în jocul de handbal. Conținut tehnic, Editura Universității Transilvania Brașov, pp. 5;		
Barabaș, N., Barabaș, L. (1995), Jocuri de mișcare și pregătitoare pentru jocul de Handbal;		
Bota, I., Bota, M. (1990), Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului, Ed. Sport–Turism, București;		
Cercel, P. (1980), Handbal - Exerciții pentru fazele de joc, Ed. Sport–Turism, București;		
Hantău, C., (2000), Handbal, Editura Alphina, București, pp. 76;		
Hantău, C., (2002), Handbal – jocul în apărare, Ed. Printech, București;		
Hantău, C., (2009), MDS Jocuri de echipă – Handbal, Ed. A.N.E.F.S.;		
Hantău, C., (2011), Evaluating the maximum instantaneous anaerobic power (miap) and the maximum anaerobic power (map) in handball players, EHF Web Periodicals, pp. 1-7;		
Igorov Bosi., M., (2009), Handbal – Metodică, Ed. Moroșan, București;		
Igorov Bosi., M., (2011), MDS Handbal – Curs universitar, Ed. A.N.E.F.S., București;		
Kunst-Ghermănescu, I., Gogâltan, V., Jianu, E., Negulescu, I., (1983), Teoria și metodică handbalului, Ed. Didactică și Pedagogică, București;		
Prisăcaru I. R., Marinescu Gh., (2010), Analysis of tactics and offensive playing systems in elite European teams, in vue of optimizing attack for Romanian -top handball male teams, Discobolul – Revista UNEFS de cultură, educație, sport și kinetoterapie, Anul VI,4 (22), pp. 30-40;		
Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASA I și a II-a, aprobată prin ordin de ministru nr.3418/19.03.2013;		
Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE a III-a – a IV-a, aprobată prin ordin de ministru nr.5003/02.12.2014;		
Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE V-VIII, 2009;		
www.frh.ro – Regulamentul Jocului de Handbal.		
8.2. Seminar-laborator		
Metodica predării poziției fundamentale pentru atac și apărare. Mișcarea în teren.	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării ținerii, prinderii și pasării mingii	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării driblingului, a fentelor și mișcărilor înșelătoare	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării aruncărilor la poartă cu pas adăugat, încrucișat și din săritură	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării scoaterii mingii de la adversar. Blocarea aruncărilor. Atacarea adversarului aflat în posesia mingii.	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei I a atacului - contraatac	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a II –a a atacului. Contraatac susținut	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a III- a atacului- organizarea atacului	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a IV- a atacului- atacul in sistem cu unul și doi pivoti	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei I a apărării - replierea	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a II –a apărării- replierea în zonă.	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a III- a aparării- organizarea aparării	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
Metodica predării fazei a IV- a aparării- apărare 6+0, 5+1, om la om	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore

Aplicarea regulamentului de joc	Demonstrații, Exerciții, Jocuri	2 ore
---------------------------------	---------------------------------	-------

Bibliografie

Balint, E., (2004), *Instruirea în jocul de handbal. Conținut tehnic*, Editura Universității Transilvania Brașov, pp. 5;

Barabaș, N., Barabaș, L. (1995), *Jocuri de mișcare și pregătitoare pentru jocul de Handbal*;

Bota, I., Bota, M. (1990), *Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului*, Ed. Sport–Turism, București;

Cercel, P. (1980), *Handbal - Exerciții pentru fazele de joc*, Ed. Sport–Turism, București;

Hantău, C., (2000), *Handbal*, Editura Alphina, București, pp. 76;

Hantău, C., (2002), *Handbal – jocul în apărare*, Ed. Printech, București;

Hantău, C., (2009), *MDS Jocuri de echipă – Handbal*, Ed. A.N.E.F.S.;

Hantău, C., (2011), Evaluating the maximum instantaneous anaerobic power (miap) and the maximum anaerobic power (map) in handball players, *EHF Web Periodicals*, pp. 1-7;

Igorov Bosi, M., (2009), *Handbal – Metodică*, Ed. Moroșan, București;

Igorov Bosi, M., (2011), *MDS Handbal – Curs universitar*, Ed. A.N.E.F.S., București;

Kunst-Ghermănescu, I., Gogâltan, V., Jianu, E., Negulescu, I., (1983), *Teoria și metodică handbalului*, Ed. Didactică și Pedagogică, București;

Prisăcaru I. R., Marinescu Gh., (2010), Analysis of tactics and offensive playing systems in elite European teams, in view of optimizing attack for Romanian -top handball male teams, *Discobolul – Revista UNEFS de cultură, educație, sport și kinezoterapie*, Anul VI,4 (22), pp. 30-40;

Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASA I și a II-a, aprobată prin ordin de ministru nr. 3418/19.03.2013;

Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE a III-a – a IV-a, aprobată prin ordin de ministru nr. 5003/02.12.2014;

Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE V-VIII, 2009;
www.frh.ro – Regulamentul Jocului de Handbal.

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul știința sportului și educației fizice. Competențele care vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului primar și gimnazial.

Notă: În cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacție al reprezentanților comunității academice și al angajatorilor față de competențele profesionale și transversale dobândite de către absolvenții programelor de studiu Educație Fizică și Sportivă

10. Evaluare

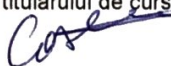
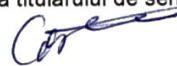
Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Proba de examen va fi cea orală, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Notarea va fi de la 1 la 10, cu acordarea unui punct din oficiu. Prezența la cursuri conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III.	Examen oral	50%

10.5 Seminar/laborator	<i>Formele principale de evaluare la seminarii vor fi: expunerea orală, explicația și demonstrația tehnicii de execuție a elementelor și procedeeelor tehnice predate/însușite. Evalueate prin notare de la 1 la 10. Prezența la seminarii conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.</i>	<i>Explicație, demonstrație practică</i>	50%
10.6 Standard minim de performanță: Îndeplinirea activităților practice este absolut obligatorie. Comunicarea unor informații utilizând corect limbajul științific de specialitate. Cunoașterea elementelor fundamentale de teorie legate de disciplina handbal. Cunoașterea regulamentului de joc.			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

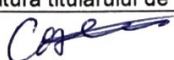

Semnătura directorului de departament





Anexă la Fișa disciplinei (facultativă)

ANEXĂ LA FIȘA DISCIPLINEI

b. Evaluare – mărire de notă

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Examen	Examen oral	50%
10.5 Seminar/laborator	Examen practic	Explicație, demonstrație practică	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Data completării	Semnătura titularului de curs		Semnătura titularului de seminar
01.10.2019			

c. Evaluare – restanță

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Examen	Examen oral	50%
10.5 Seminar/laborator	Examen practic	Explicație, demonstrație practică	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Data completării	Semnătura titularului de curs		Semnătura titularului de seminar
01.10.2019			

*Formulare orientativă

**Dacă disciplina are prevăzute ore de laborator trebuie prevăzute modalitățile de recuperare a acestora.