

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	DEPARTAMENTUL DE 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 (LA REȘIȚA)

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Dacica Liliana						
2.3 Titularul activităților de lucrări practice	Conf. univ. dr. Dacica Liliana						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	VI	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Ob.

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 lucrări practice	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 lucrări practice	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					36
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					18
Pregătire lucrări practice, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					11
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">Bazele jocului de handbal
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none">Pregătire fizică corespunzătoare

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none">Prezență 50%, punctualitate, comportament adecvat
5.2 De desfășurare a lucrărilor practice	<ul style="list-style-type: none">Prezență 80%, ținută adecvată

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului educație fizică și sport cu orientare interdisciplinară; • 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 practicanților activităților de educație fizică și sport.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea, consolidarea și perfecționarea procedeelor tehnice specifice jocului de handbal în școală, precum și a noțiunilor de regulament, conform curriculei școlare.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la consolidarea și perfecționarea procedeelor tehnice și a combinațiilor tehnico-tactice specifice jocului de handbal în școală. • Capacitatea de a executa și demonstra acțiuni tehnico-tactice individuale și colective de atac, precum și capacitatea de a prezenta algoritmului metodic al acestora; • 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. • Dobândirea capacității de autoorganizare a competițiilor de handbal. <p>Angrenarea studenților în competiții sportive.</p>

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Obiectul de studiu al teoriei și metodicii handbalului. Handbalul ca mijloc al educației fizice în ciclul gimnazial, liceal și în învățământul superior.	prelegerea, conversația	2
2. Organizarea handbalului pe plan național și internațional și aria de practicare a acestui joc.	prelegerea, conversația	2
3. Handbalul ca disciplină științifică	prelegerea, conversația	2
4. Elemente tehnico-tactice de bază ale jocului de handbal în școală	prelegerea, conversația	4
5. Elemente de tactică colectivă în atac și apărare în jocul de handbal în școală	prelegerea, conversația	4
6. Modelul de joc pentru lecțiile de clasă și activități sportive	prelegerea, conversația	2
7. Particularități ale practicării handbalului în școală	prelegerea, conversația	2
8. Etapele de instruire în handbal	prelegerea, conversația	2
9. Tehnica și tactica jocului de handbal în școală	prelegerea, conversația	4

10. Obiective instructive prioritare în jocul de handbal	prelegerea, conversația	2
11. Instruirea echipelor reprezentative	prelegerea, conversația	2
Bibliografie		
<ul style="list-style-type: none"> • Bota, I., M., (1990), Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București; • Colibaba, E., D., Bota, I., (1998), Jocuri sportive-teorie și metodică, Editura Aladin, București; • Ghermănescu, K., I., (1983), Teoria și metodică handbalului, Editura Didactică și Pedagogică, București; • Dacica, L., (2014), Metodica predării handbalului în școală, Note de curs, Reșița; • Dacica, L., (2014), Îndrumar de lucrări practice, Reșița; • Ghervan, P., (2006) Handbal. Teorie, metodică și practică, Editura Universității Ștefan cel Mare Suceava; • Gomboș, L., Zamfir, G. (2009), Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca; • Rohozneanu, M.D., (2022), Handbal Bazele Generale, Editura Presa Universitară Clujeană; • Mihăilă, I., (2004), Handbal. Curs teoretic, Editura Universității din Pitești; • Voicu, F., S., (2003), Handbal – tehnică și tactică, Editura Universității de Vest, Timișoara. 		
8.2 Lucrări practice	Metode de predare	Observații
Cunoașterea colectivului de studenți. Prezentarea cerințelor, sarcinilor și obligațiilor. Joc bilateral pentru evaluarea nivelului deprinderilor și priceperilor motrice specifice jocului de handbal.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Însușirea diferitelor variante de încălzire. Joc bilateral.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Pase de pe loc și din alergare, schimbarea direcției, demarcajul față de apărători. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Driblingul simplu și multiplu, aruncarea la poartă de pe picioare. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Aruncarea la poartă din săritură. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Așezarea în teren și respectarea posturilor în cadrul sistemului de joc. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Pase laterale cu amenințarea porții, depășirea individuală și pătrunderea. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Pase de angajare a jucătorilor și aruncarea la poartă de la semicerc. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Opriri, întoarceri, porniri, alergarea cu spatele și marcajul adversarilor în timpul replierii. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Așezarea în teren în apărare, poziția fundamentală și atacarea adversarului cu mingea. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Blocarea aruncărilor la poartă și marcajul pivotului. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Inițierea în jocul bilateral. Elemente tehnico-tactice specifice jocului de handbal în școală. Metode și mijloace de învățare.	explicația, demonstrația, algoritimizarea, exersarea	2
Elemente tehnico-tactice specifice jocului de handbal în școală. Relațiile tactice de adversitate și colaborare în apărare.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Învaluarea practică a cunoștințelor dobândite.	explicația, demonstrația, exersarea	2
Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bota, I., M., (1990), Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București. 2. Colibaba, E., D., Bota, I., (1998), Jocuri sportive-teorie și metodică, Editura Aladin, București. 3. Ghermănescu, K., I., (1983), Teoria și metodică handbalului, Editura Didactică și Pedagogică, București. 		

4. Dacica, L., (2014), Metodica predării handbalului în școală, Note de curs, Reșița.
5. Dacica, L., (2014), Îndrumar de lucrări practice, Reșița;
6. Ghervan, P., (2006) Handbal. Teorie, metodică și practică, Editura Universității Ștefan cel Mare Suceava;
7. Gomboș, L., Zamfir, G. (2009), Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca;
8. Rohozneanu, M.D., (2022), Handbal Bazele Generale, Editura Presa Universitară Clujeană;
9. Mihăilă, I., (2004), Handbal. Curs teoretic, Editura Universității din Pitești;
10. Voicu, F., S., (2003), Handbal – tehnică și tactică, Editura Universității de Vest, Timișoara.

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, unități de învățământ) 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 noțiunilor teoretice referitoare tehnica, tactica și regulamentul jocului de handbal în școală. Cunoașterea și prezentarea metodelor de învățare a elementelor și procedeele tehnice.	Examen scris	60%
10.5 Lucrări practice	Demonstrația unor procedee tehnice și a unor combinații tehnico-tactice specifice jocului de handbal în școală, realizarea unui algoritm pentru învățarea acestora. Portofoliu lucrări practice.	Evaluare practică 20%	40%
	Întocmirea proiectului didactic și respectarea conținutului acestuia în timpul conducerii lecțiilor metodice.	Notare curentă 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. Elaborarea unui referat cu temă dată, alcătuirea și prezentarea unui algoritm metodic pentru învățarea unui procedeu tehnic, nota 5 la examenul scris.

Data completării:	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de lucrare practică
18.06.2024	Conf. univ. dr. Liliana Dacica	Conf. univ. dr. Liliana Dacica
Data avizării:	Responsabil program	Director departament
	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu	

