

## FIȘA DISCIPLINEI\*

### 1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Lucian Blaga” din Sibiu
Facultatea	Științe
Departament	Științe ale mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport
Domeniul de studiu	Educație fizică și sport
Ciclul de studii	Licență
Specializarea	Educație Fizică și Sportivă

### 2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Metodica predării handbalului în școală			
Codul cursului	Tipul cursului	An de studiu	Semestrul	Număr de credite
380606S04I023		II	II	4
Tipul de evaluare	Categorica formativă a disciplinei: (DF=fundamentală.; DD=domeniu; DS=specialitate; DC=complementară)			
Examen	DS			
Titular activități curs	Lector univ.dr. Stoian Iulian			
Titular activități seminar / laborator/ proiect	Lector univ.dr. Stoian Iulian			

### 3. Timpul total estimat

Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total
1	-	2	-	3
Extinderea disciplinei în planul de învățământ – Total ore din planul de învățământ				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total (NOAD <sub>sem</sub> )
14	-	28	-	42

Distribuția fondului de timp pentru studiu individual	Nr.ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	28
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	28
Tutoriat:	
Examinări:	7
Total ore alocate studiului individual (NOSI <sub>sem</sub> )	77
<b>Total ore pe semestru (NOAD<sub>sem</sub> + NOSI<sub>sem</sub>)</b>	<b>119</b>

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

De curriculum	Metodica predării atletismului în școală, Metodica predării gimnasticii în școală
De competențe	

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

De desfășurare a cursului	Sală de curs cu videoproiector
De desfășurare a sem/lab/pr	Teren de dimensiuni regulamentare

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoșterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodicii disciplinei handbal, utilizarea lor adecvată în viitoarea activitate profesională;</li> <li>• Utilizarea cunoștințelor pentru explicarea și interpretarea conceptelor, situațiilor și proceselor asociate disciplinei handbal;</li> <li>• Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare a nivelului de pregătire a practicanților handbalului în școală;</li> </ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conștientizarea nevoii de comunicare eficientă bazată pe o terminologie de specialitate adecvată;</li> <li>• Familiarizarea cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și distribuirea de sarcini pentru grupurile coordonate în activitățile de educație fizică și sport;</li> <li>• Organizarea de activități de educație fizică și sport pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire;</li> </ul>

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea și înțelegerea noțiunilor teoretice de bază legate de tehnica și tactica jocului, istoricul și evoluția acestuia, regulamentul handbalului;</li> <li>• Dezvoltarea capacității de organizare, conducere și evaluare a activităților legate de handbal prevăzute în programa școlară;</li> </ul>
Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea și înțelegerea principalelor elemente și procedee tehnice și a celor mai simple acțiuni tactice din jocul de handbal;</li> <li>• Aplicarea acestora și a regulamentului în jocurile cu temă;</li> </ul>

## 8. Conținuturi

Curs		Nr. ore
Curs 1	Tehnica jocului de handbal - definiție, sistematizare, caracteristici;	1
Curs 2	Tehnica jocului de handbal - elemente componente ale celor două faze de joc;	2
Curs 3	Tactica jocului- definiție, caracteristici, forme de aplicare;	1
Curs 4	Tactica jocului- fazele și formele atacului și apărării;	2
Curs 5	Sistemul de joc- definiție, caracteristici, cerințe;	2
Curs 6	Acțiuni tactice individuale (în atac și apărare); Acțiuni tactice colective (în atac și apărare);	2
Curs 7	Momente fixe ale jocului; Tactica în jocul portarului;	2
Curs 8	Orientarea și conținutul instruirii echipelor reprezentative școlare;	2
<b>Total ore curs:</b>		<b>14</b>
Seminar/Laborator/Lucrări practice		Nr. ore
L.P. 1 - 2	Elemente tehnice fără minge	4
L.P. 3 - 5	Prinderea și pasarea mingii	6
L.P. 6 - 7	Conducerea mingii (driblingul)	4
L.P. 8 - 10	Aruncarea la poartă	6
L.P. 11 - 12	Acțiuni tactice colective de bază în atac(încrucișările, paravanul, etc.)	4

L.P. 13 - 14	Acțiuni tactice colective de bază în apărare(schimbul de oameni, închiderea culoarelor,etc.)	4
<b>Total ore seminar/laborator/lucrări practice</b>		<b>28</b>

### Metode de predare

Curs	Prelegerea, prezentarea PowerPoint, problematizarea
Lucrări practice	Explicația, demonstrația, corectarea

### Bibliografie

Referințe bibliografice recomandate	Stoian I.,2014, <i>Handbal – teorie și metodică</i> , Edit. Univ."Lucian Blaga" din Sibiu
Referințe bibliografice suplimentare	Bota I.; Bota M.,1990, <i>500 exerciții pentru învățarea jocului de handbal</i> , Edit.Sport-Turism, București

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

Disciplina "Metodica predării handbalului în școală" prin competențele însușite de către studenți contribuie într-un mod semnificativ și integrator la pregătirea viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului.;

### 10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Ponderea în nota finală	Obs.**
Curs	Nivelul cunoștințelor teoretice	Examen scris	50%	
Laborator	Nivelul cunoștințelor practice	Verificare practică	50%	CPE

(\*) Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

(\*\*) CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală;

Data completării: 24.09.2018

Data avizării în Departament: 01.102018

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Lector univ.dr. Stoian Iulian	
Director de departament	Lector univ.dr. Voichița Gheoca	