

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați
1.2 Facultatea / Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
1.3 Catedra	SPORTURI INDIVIDUALE ȘI KINETOTERAPIE
1.4 Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
1.5 Ciclul de studii	CICLUL I / LICENȚA
1.6 Programul de studii/Calificarea	<b>Kinetoterapie și motricitate specială /Ocupații specifice:</b> kinetoterapeut (222905), profesor de cultură fizică medicală (222904), asistent de cercetare în educație fizică și sport (255902). <b>Ocupații posibile:</b> conducător de întreprindere mică - patron (girant) învățământ, sănătate, sport, turism, informatică (131901), ofițer control doping (244605), corespondent de presă (245106), corespondent radio (245105), redactor (245113). <b>Noi ocupații propuse pentru a fi incluse în COR:</b> profesor kinetoterapeut, ergoterapeut (cu studii superioare de specialitate), educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), instructor - educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), asistent de cercetare în kinetoterapie, coordonator complex de recuperare.

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE HANDBALULUI</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. dr. Baștiurea Eugen						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof. dr. Baștiurea Eugen; Asist. drd. Postelnicu Mădălina Gabriela; Asist. drd. Gheorghe Carmen						
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	Examen	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 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					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					16
Tutoriat					4
Examinări					4
Alte activități (consultații + pregătire examinare finală)					-
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

### 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 cu PC și videoproiector (activitate față în față); Platformă Microsoft Teams (activitate online)
5.2. de desfășurare a	Sală de curs/seminar cu PC, videoproiector, Platformă Microsoft Teams (activitate online)

seminarului/laboratorului	Sala Siderurgistul/Dunărea/Școala 34/"Florin Balaiș" – teren aferent (activitate față în față)
---------------------------	--

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<p><b>C1. Proiectare modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară (1,00 credit):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Analizarea și interpretarea documentelor de planificare în unitățile școlare și structurile sportive (lecții și activități de educație fizică și sportive).</li> <li>➤ Elaborarea documentelor de planificare și evidență potrivit didacticii educației fizice și sportului.</li> <li>➤ Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și modelelor privind proiectarea și planificarea activității de educație fizică și sport.</li> <li>➤ Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato-funcționale ale elevilor și practicanților de activități corespunzătoare educației fizice și sportului.</li> </ul> <p><b>C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire/învățare, cu accent interdisciplinar (1,00 credit):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv.</li> <li>➤ Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive corespunzătoare programului de studiu.</li> <li>➤ Identificarea modelelor și implementarea acestora în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor, dar și ale conducerii activităților de educație fizică și sportive.</li> </ul> <p><b>C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice, a calităților motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, precum și a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic (1,00 credit):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Folosirea feed-back-ului pentru optimizarea setului de mijloace aplicat în evaluarea diagnostică stadială</li> <li>➤ Identificarea elementelor ambientale specifice aplicării tehnicilor și metodelor de diagnosticare stadială (primară) a nivelului creșterii, dezvoltării, dar și a calității motricității activităților de educație fizică și sport.</li> <li>➤ Selectarea și introducerea conținuturilor corespunzătoare ciclurilor de învățământ/grad de pregătire/ servicii sportive.</li> </ul> <p><b>C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă (1,50 credite):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Abordarea procesuală a motricității specifice mijloacelor educației fizice și sportive, prin folosirea legilor creșterii și dezvoltării fizice privind optimizarea capacității biomotrice.</li> <li>➤ Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului.</li> <li>➤ Formularea obiectivelor de instruire și de integrare socială pe cicluri de învățământ/nivel de vârstă/grad de pregătire/activități specifice.</li> <li>➤ Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de performanță.</li> </ul> <p><b>C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport (0,50 credite):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Aplicarea principiului imparțialității în apreciere, precum și a egalității de șanse privind pregătirea și valorificarea acesteia în activitățile specifice și viața socială.</li> <li>➤ Conceperea probelor de control în corelație cu obiectivele specifice ale educației fizice și sportive.</li> <li>➤ Desfășurarea unor activități în scopul transmiterii, cultivării și aprecierii spiritului sportiv, fair-play-ului, respectului față de valorile sportului, eticii și legalității domeniului.</li> <li>➤ Folosirea unor metode corespunzătoare științelor înrudite privind prelucrarea și interpretarea rezultatelor.</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<p><b>CT1. 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 (0,50 credite)</b></p> <p><b>CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive (0,50 credite)</b></p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asimilarea competențelor teoretico-metodice referitoare la organizarea, desfășurarea și evaluarea activităților specifice disciplinei.</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dobândirea cunoștințelor teoretico-metodice privind descrierea, explicarea și executarea componentelor tehnico-tactice fundamentale ale jocului.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Originea handbalului și evoluția sa pe plan intern și internațional – 4h</i></li> <li><i>Tehnica jocului de handbal (definiție, caracteristici, componente, sistematizare) – 4h</i></li> <li><i>Elementele și procedeele tehnice de bază (descriere, greșeli) – 4h</i></li> <li><i>Tactica jocului de handbal (definiție, caracteristici, componente, capacități tactice de bază, principii tactice de joc) – 4h</i></li> <li><i>Tactica în atac și apărare (tactica individuală și colectivă, formele de joc, fazele de joc, sistemele de joc) – 4h</i></li> <li><i>Handbalul în sistemul nostru de învățământ – 4h</i></li> <li><i>Noțiuni de regulament – 4h</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expunerea (prelegerea, explicația), conversația, dialogul, documentarea, analiza de documente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizarea tehnologiei moderne de predare (Power point) și a platformei Microsoft Teams.</li> </ul>
<b>Bibliografie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acsinte, A., Alexandru, E. <i>Handbal: de la inițiere la performanță</i>. Editura Media™, Bacău, 2000.</li> <li>Baștiurea E., Sârbu D., Stan Z. <i>Handbal pas cu pas</i>. Editura Evrika, Brăila, 2001.</li> <li>Baștiurea E. <i>Handbal. Curs de bază</i>. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2002.</li> <li>F.R.H. <i>Handbal. Regulament comentat</i>. Editura Sport-Turism, București, 1986.</li> <li>Ghermănescu-Kunst I. <i>Handbal. Tehnica și tactica jocului</i>. Editura Sport-Turism, București, 1978.</li> <li>Ghermănescu-Kunst I., Gogâltan V., Jianu E., Negulescu I. <i>Teoria și metodică handbalului</i>. Editura Didactică și Pedagogică, București, 1983.</li> <li>Hantău, C. Gh. <i>MDS – jocuri de echipă: handbal</i>. Curs. București: ANEFS, 2009.</li> <li>Hantău, C., Hantău, C. <i>Handbal: Noțiuni de bază</i>. ANEFS, București, 2012.</li> <li>Mihăilă I., Preda C. <i>Handbal. Tehnica și metodică jocului</i>. Editura The Flower Power, Pitești, 2002.</li> <li>Mihăilă, I., Popescu D. C. <i>Handbal: curs teoretic - pregătire specializată</i>. Editura Universității din Pitești, 2015.</li> <li>Mihăilă I. <i>Handbal. Curs teoretic</i>. Editura Universității din Pitești, Pitești, 2004.</li> <li>Negulescu I. <i>Handbal. Tehnica jocului</i>. Editura A.N.E.F.S., București, 2000.</li> <li>Popescu D.C. <i>Handbalul în școală. Curs teoretic</i>. Editura Universității din Pitești, 2016.</li> <li>Postolache N. <i>Handbal în școală</i>. Editura Uranus, București, 2006.</li> <li>Rizescu C. <i>Didactica handbalului</i>. Ovidius University Press, Constanța, 2013.</li> <li>Rizescu, C. <i>Handbal: Teoria jocului</i>, Ovidius University Press, Constanța, 2010.</li> </ul>		
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Însușirea poziției fundamentale și a mișcării în teren – 4h</i></li> <li><i>Însușirea elementelor și procedeele tehnice specifice atacului (ținerea mingii, prinderea mingii, pasarea mingii, driblingul, fentele sau mișcările înșelătoare, blocaj-plecare din blocaj, aruncarea la poartă) – 4h</i></li> <li><i>Însușirea elementelor și procedeele tehnice specifice apărării (atacarea adversarului cu minge, scoaterea mingii de la adversar, blocarea mingilor aruncate la poartă) – 4h</i></li> <li><i>Însușirea acțiunilor tactice individuale din atac (demarcajul direct-indirect) și din apărare (marcajul activ și la supraveghere) – 4h</i></li> <li><i>Însușirea mijloacelor tehnico-tactice din atac (“dă și du-te”,</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Descrierea, explicația, conversația, materiale intuitive (video, imagini foto).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lecții (față în față sau online) privind însușirea corectă a mecanismului de bază în executarea elementelor și procedeele tehnice</li> </ul>

<p><i>încrucișările simple și duble, paravanul) și din apărare (schimbul de oameni, alunecarea, dublajul)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Învățarea fazei I a atacului (contraatacul simplu) și a fazei I a apărării (replierea)</i></li> <li>▪ <i>Învățarea fazei a II-a a atacului (contraatacul susținut) și a fazei a II-a a apărării (zona temporară)</i></li> <li>▪ <i>Învățarea fazei a III-a a atacului (organizarea atacului) și a fazei a III-a a apărării (organizarea apărării)</i></li> <li>▪ <i>Învățarea fazei a IV-a a atacului (atacul pozițional cu un pivot) și a fazei a IV-a a apărării (apărarea în sistemul 6:0 și 5 + 1)</i></li> <li>▪ <i>Jocul bilateral cu variantele sale practice (jocul școală, jocul de antrenament, jocul de verificare, jocul competițional)</i></li> </ul>		specifice jocului de handbal.
<p><b>Bibliografie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Baștiurea E.</b> <i>Învățarea și perfecționarea procedurilor tehnico-tactice specifice jocului de handbal.</i> Caiet de lucrări practice, Centrul de multiplicare xerox al Universității „Dunărea de Jos”, Galați, 1994.</li> <li>- <b>Baștiurea E.</b> <i>Handbal. Curs de bază.</i> Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2002.</li> <li>- <b>Bota, I., Bota, M.</b> <i>Handbal. 500 de exerciții pentru învățarea jocului.</i> Editura Sport-Turism, București, 1990.</li> <li>- <b>Csüdör M., Csüdör G.</b> <i>Handbal. Combinații tactice.</i> Editura Sport-Turism, București, 1989.</li> <li>- <b>Ghermănescu-Kunst I.</b> <i>Handbal. Tehnica și tactica jocului.</i> Editura Sport-Turism, București, 1978.</li> <li>- <b>Mihăilă, I.</b> <i>Handbal – teoria jocului.</i> Editura Universității din Pitești, 2006.</li> <li>- <b>Mihăilă I., Popescu D. C.</b> <i>Handbal. Îndrumar practico-metodic.</i> Editura Universității din Pitești, 2009.</li> <li>- <b>Negulescu I.</b> <i>Handbal. Tehnica jocului.</i> Editura A.N.E.F.S., București, 2000.</li> <li>- <b>Popescu D.C.</b> <i>Probe și teste pentru evaluarea jucătorilor de handbal.</i> Editura Universității din Pitești, 2016.</li> <li>- <b>Postolache N.</b> <i>Handbal în școală.</i> Editura Uranus, București, 2006.</li> <li>- <b>Rizescu C., Cazan F., Georgescu A.</b> <i>Handbal. Îndrumar metodic.</i> Editura Valinex, Chișinău, 2009.</li> <li>- <b>Rizescu C.</b> <i>Didactica handbalului.</i> Ovidius University Press, Constanța, 2013.</li> <li>- <b>Roman C.</b> <i>Îndrumar pentru învățarea handbalului (Ciclul studenților-licență).</i> Editura Universității din Oradea, 2008.</li> </ul>		

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Structurarea activității teoretice și practice în concordanță cu cerințele ariei curriculare „Educație fizică și sport” și ale sportului de masă și de performanță.</li> <li>• Valorificarea propriilor cunoștințe, abilități și aptitudini în conceperea, organizarea și desfășurarea activităților handbalistice pentru elevi din diferite forme de învățământ, precum și alte categorii de persoane.</li> <li>• Conținutul disciplinei corespunde nivelului de aspirații al studenților și este elaborat în concordanță cu cerințele instituțiilor de învățământ de stat și particulare.</li> </ul>
---

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoașterea, înțelegerea și interpretarea noțiunilor teoretice predate	<i>Examinare finală</i> Oral - activitate față în față. Test grilă - activitate online (Microsoft Teams)	60%
10.5 Seminar/laborator	Cunoașterea, înțelegerea și abilitatea de a transpune în practică competențele însușite	<i>Testări sumative</i> Probe de control - activitate față în față. Elaborare proiecte didactice/ Completare chestionar - activitate online (Microsoft Teams)	40%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): <ul style="list-style-type: none"> <li>- Media notelor acordate la proiectele didactice și la chestionarele completate să fie minim 5 (cinci).</li> <li>- Frecvența la orele de lucrări practice (susținute față în față/online) să fie de 70-80%, iar conduita la activitățile teoretice (susținute față în față/online) să fie de un nivel academic corespunzător.</li> </ul> </li> </ul>			

- Răspunsurile studenților la examinarea finală (oral/test grilă) să fie minim de nota 5 (cinci) la fiecare subiect din biletul de examen sau la testul grilă.

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

18.09.2021



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departame...

18.09.2021

Prof. dr. Nanu Liliana

Data aprobării în Consiliul Facultății<sup>1</sup>

Semnătura decanului<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Numai pentru programele de studii din ramura Științe Inginerești