



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Dunărea de Jos” din Galați
1.2 Facultatea	Educație fizică și sport
1.3 Departamentul	Jocuri sportive și educație fizică
1.4 Domeniul de studii	Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică și sportivă.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE HANDBALULUI						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Gheorghe Carmen						
2.3 Titularul activităților de lucrări practice	Prof. dr. Baștiurea Eugen; Lect. Dr. Gheorghe Carmen / Lect. Dr. Postelnicu Madalina						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	I	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					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire lucrări practice, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități (consultații + pregătire examinare finală)					30
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 lucrărilor practice	Sală de curs/seminar cu PC, videoproiector, Platformă Microsoft Teams (activitate online) Sala Siderurgistul/Dunărea/Școala 34/"Florin Balais" – teren aferent (activitate față în față)

6. Competențele specifice acumulate



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



Competențe profesionale	<u>C1.</u> Proiectare modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară (1,00 credit): ➤ Analizarea și interpretarea documentelor de planificare în unitățile școlare și structurile sportive (lecții și activități de educație fizică și sportive). ➤ Elaborarea documentelor de planificare și evidență potrivit didacticii educației fizice și sportului. ➤ Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și modelelor privind proiectarea și planificarea activității de educație fizică și sport. ➤ Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato-funcționale ale elevilor și practicanților de activități corespunzătoare educației fizice și sportului. <u>C2.</u> Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire/învățare, cu accent interdisciplinar (1,00 credit): ➤ Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv. ➤ Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive corespunzătoare programului de studiu. ➤ 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. <u>C3.</u> 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): ➤ Folosirea feed-back-ului pentru optimizarea setului de mijloace aplicat în evaluarea diagnostică stadială ➤ 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. ➤ Selectarea și introducerea conținuturilor corespunzătoare ciclurilor de învățământ/grad de pregătire/ servicii sportive. <u>C4.</u> Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă (1,50 credite): ➤ Abordarea procesuală a motricității specifice mijloacelor educației fizice și sportive, prin folosirea legilor creșterii și dezvoltării fizice privind optimizarea capacității biomotrice. ➤ Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului. ➤ Formularea obiectivelor de instruire și de integrare socială pe cicluri de învățământ/nivel de vârstă/grad de pregătire/activități specifice. ➤ Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de performanță. <u>C5.</u> Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport (0,50 credite): ➤ Aplicarea principiului imparțialității în apreciere, precum și a egalității de șanse privind pregătirea și valorificarea acestora în activitățile specifice și viața socială. ➤ Conceperea probelor de control în corelație cu obiectivele specifice ale educației fizice și sportive. ➤ Desfășurarea unor activități în scopul transmiterii, cultivării și aprecierii spiritului sportiv, fair-play-ului, respectului față de valorile sportului, eticii și legalității domeniului. ➤ Folosirea unor metode corespunzătoare științelor înrudite privind prelucrarea și interpretarea rezultatelor.
Competențe transversale	<u>CT1.</u> 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) <u>CT2.</u> Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive (0,50 credite)



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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Asimilarea competențelor teoretico-metodice referitoare la organizarea, desfășurarea și evaluarea activităților specifice disciplinei.
7.2 Obiectivele specifice	Dobândirea cunoștințelor teoretico-metodice privind descrierea, explicarea și executarea componentelor tehnico-tactice fundamentale ale jocului.

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
<i>Originea handbalului și evoluția sa pe plan intern și internațional</i> <i>Tehnica jocului de handbal (definiție, caracteristici, componente, sistematizare)</i> <i>Elementele și procedeele tehnice de bază (descriere, greșeli)</i> <i>Tactica jocului de handbal (definiție, caracteristici, componente, capacități tactice de bază, principii tactice de joc)</i> <i>Tactica în atac și apărare (tactica individuală și colectivă, formele de joc, fazele de joc, sistemele de joc)</i> <i>Handbalul în sistemul nostru de învățământ</i> <i>Noțiuni de regulament</i>	Expunerea (prelegerea, explicația), conversația, dialogul, documentarea, analiza de documente.	Utilizarea tehnologiei moderne de predare (Power point) și a platformei Microsoft Teams.
Bibliografie - Acsinte, A., Alexandru, E. <i>Handbal: de la inițiere la performanță</i>. Editura Media™, Bacău, 2000. - Baștiurea E., Sârbu D., Stan Z. <i>Handbal pas cu pas</i>. Editura Evrika, Brăila, 2001. - Baștiurea E. <i>Handbal. Curs de bază</i>. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2002. - F.R.H. <i>Handbal. Regulament comentat</i>. Editura Sport-Turism, București, 1986. - Ghermănescu-Kunst I. <i>Handbal. Tehnica și tactica jocului</i>. Editura Sport-Turism, București, 1978. - Ghermănescu-Kunst I., Gogâltan V., Jianu E., Negulescu I. <i>Teoria și metodică handbalului</i>. Editura Didactică și Pedagogică, București, 1983. - Hantău, C. Gh. <i>MDS – jocuri de echipă: handbal</i>. Curs. București: ANEFS, 2009. - Hantău, C., Hantău, C. <i>Handbal: Noțiuni de bază</i>. ANEFS, București, 2012. - Mihăilă I., Preda C. <i>Handbal. Tehnica și metodică jocului</i>. Editura The Flower Power, Pitești, 2002. - Mihăilă I., Popescu D. C. <i>Handbal: curs teoretic - pregătire specializată</i>. Editura Universității din Pitești, 2015. - Mihăilă I. <i>Handbal. Curs teoretic</i>. Editura Universității din Pitești, Pitești, 2004. - Negulescu I. <i>Handbal. Tehnica jocului</i>. Editura A.N.E.F.S., București, 2000. - Popescu D.C. <i>Handbalul în școală. Curs teoretic</i>. Editura Universității din Pitești, 2016. - Postolache N. <i>Handbal în școală</i>. Editura Uranus, București, 2006. - Rizescu C. <i>Didactica handbalului</i>. Ovidius University Press, Constanța, 2013. - Rizescu, C. <i>Handbal: Teoria jocului</i>, Ovidius University Press, Constanța, 2010.		
8. 2 Lucrări practice	Metode de predare	Observații
<i>Însușirea poziției fundamentale și a mișcării în teren</i> <i>Însușirea elementelor și procedeelor tehnice specifice atacului (ținerea mingii, prinderea mingii, pasarea mingii, driblingul, fentele sau mișcările înșelătoare, blocaj-plecare din blocaj, aruncarea la poartă)</i> <i>Însușirea elementelor și procedeelor tehnice specifice apărării (atacarea adversarului cu minge, scoaterea mingii de la adversar, blocarea mingilor aruncate la poartă)</i> <i>Însușirea acțiunilor tactice individuale din atac (demarcajul direct-indirect) și din apărare (marcajul activ și la supraveghere)</i>	Descrierea, explicația, conversația, materiale intuitive (video, imagini foto).	Lecții (față în față sau online) privind însușirea corectă a mecanismului de bază în executarea elementelor și procedeelor tehnice specifice jocului de handbal.



▪ Însușirea mijloacelor tehnico-tactice din atac ("dă și du-te", încrucișările simple și duble, paravanul) și din apărare (schimbul de oameni, alunecarea, dublajul)		
▪ Învățarea fazei I a atacului (contraatacul simplu) și a fazei I a apărării (replierea)		
▪ Învățarea fazei a II-a a atacului (contraatacul susținut) și a fazei a II-a a apărării (zona temporară)		
▪ Învățarea fazei a III-a a atacului (organizarea atacului) și a fazei a III-a a apărării (organizarea apărării)		
▪ 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)		
▪ Jocul bilateral cu variantele sale practice (jocul școală, jocul de antrenament, jocul de verificare, jocul competițional)		
Bibliografie - Baștiurea E. <i>Învățarea și perfecționarea procedeele tehnico-tactice specifice jocului de handbal.</i> Caiet de lucrări practice, Centrul de multiplicare xerox al Universității „Dunărea de Jos”, Galați, 1994. - Baștiurea E. <i>Handbal. Curs de bază.</i> Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2002. - Bota, I., Bota, M. <i>Handbal. 500 de exerciții pentru învățarea jocului.</i> Editura Sport-Turism, București, 1990. - Csüdör M., Csüdör G. <i>Handbal. Combinații tactice.</i> Editura Sport-Turism, București, 1989. - Ghermănescu-Kunst I. <i>Handbal. Tehnica și tactica jocului.</i> Editura Sport-Turism, București, 1978. - Mihăilă, I. <i>Handbal – teoria jocului.</i> Editura Universității din Pitești, 2006. - Mihăilă I., Popescu D. C. <i>Handbal. Îndrumar practico-metodic.</i> Editura Universității din Pitești, 2009. - Negulescu I. <i>Handbal. Tehnica jocului.</i> Editura A.N.E.F.S., București, 2000. - Popescu D.C. <i>Probe și teste pentru evaluarea jucătorilor de handbal.</i> Editura Universității din Pitești, 2016. - Postolache N. <i>Handbal în școală.</i> Editura Uranus, București, 2006. - Rizescu C., Cazan F., Georgescu A. <i>Handbal. Îndrumar metodic.</i> Editura Valinex, Chișinău, 2009. - Rizescu C. <i>Didactica handbalului.</i> Ovidius University Press, Constanța, 2013. - Roman C. <i>Îndrumar pentru învățarea handbalului (Ciclul studenților-licență).</i> Editura Universității din Oradea, 2008.		

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

• Structurarea activității teoretice și practice în concordanță cu cerințele ariei curriculare „Educație fizică și sport” și ale sportului de masă și de performanță. • 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. • Conținutul disciplinei corespunde nivelului de aspirații al studenților și este elaborat în concordanță cu cerințele instituțiilor de învățământ de stat și particulare.

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 Lucrări practice	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	40%



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



		(Microsoft Teams)	
10.6 Standard minim de performanță – <i>îndeplinirea parțială a cerințelor fixate</i>			
▪ Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): - Media notelor acordate la proiectele didactice și la chestionarele completate să fie minim 5 (cinci). - 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. - 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
Lect.univ.dr Gheorghe Carmen

Semnătura titularului de lucrări practice
Prof.univ.dr.
Bastiurea Eugen

23.09.2022

Data avizării în departament

.....

Semnătura șefului de departament
Prof.univ.dr.Petronel Moisescu

.....