



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



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Dunărea de Jos” din Galați
1.2 Facultatea / Departamentul	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Catedra	JOCURI SPORTIVE ȘI EDUCAȚIE FIZICĂ
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	CICLUL 1/ LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN ȘCOALĂ/ COD 0601.2OB09S						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ dr. CIOCOIU DANA LUCICA						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf.univ dr. CIOCOIU DANA LUCICA/Lect. dr. Ștefănescu Cătălin						
2.4 Anul de studiu	2	2.5 Semestrul	3	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 seminar/laborator	3
3.4 Total ore din planul de învățământ	70	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	42
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					30
Tutoriat					5
Examinări					5
Alte activități.....					10
3.8 Total ore studiu individual	80				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	- Gimnastica de bază - Bazele generale ale atletismului. - Fundamentele științifice ale baschetului.
4.2 de competențe	- Cunoașterea și utilizarea corectă a exercițiilor din școala săriturii (pas sărit, pas săltat). - Cunoașterea și utilizarea corectă a exercițiilor de front, ordine și formații (mijloace ale gimnasticii de bază). - Cunoașterea și utilizarea corectă a fundamentelor tehnico-tactice specifice baschetului.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de jocuri sportive (teren de baschet)

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	C1 Proiectare modulară (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.-1p C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă. Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială).- 1p C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calităților motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic.-1p C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.-1,5p C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport.-0,5 p
Competențe transversale	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.- 0,5 p

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea conținutului jocului de baschet din perspectiva predării, învățării și evaluării conform ciclurilor curriculare din învățământul preuniversitar (preșcolar, primar, gimnazial).
7.2 Obiectivele specifice	- Înțelegerea noțiunilor specifice disciplinei (denumiri elemente și procedee tehnice, acțiuni tactice individuale, elementare de echipă, colective de echipă - în atac și apărare, regulament). - Cunoașterea conținutului științific al disciplinei baschet necesar predării la învățământul (primar și gimnazial) în cadrul activităților de predare, învățare, evaluare. - Inițierea, învățarea, fixarea, consolidarea elementelor, procedeele tehnice și acțiunilor tactice individuale, elementare de echipă și colective de echipă simple, din atac/ apărare, în vederea practicării globale a jocului de baschet. - Însușirea metodicii predării componentelor tehnico-tactice fundamentale și a formelor de organizare și conducere a activităților din domeniul baschetului (lecție, echipă reprezentativă școlară) la nivelul cerințelor programelor școlare din învățământul preuniversitar (primar, gimnazial). - Asimilarea principalelor reguli de joc, formarea și consolidarea priceperii de a arbitra în teren și de a organiza o competiție sportivă la nivelul învățământului primar, gimnazial.

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Baschetul – mijloc al educației fizice școlare.	Prelegerea, expunerea conversația euristică.	2 ore
2. Tehnica jocului de baschet în școală. - Aspecte metodice privind inițierea- învățarea – fixarea- consolidarea- prevenirea și corectarea greșelilor de tehnică în jocul de baschet școlar- Traseul metodic general privind instruirea tehnicii jocului de baschet în școală. - Greșelile de tehnică în jocul de baschet. Traseul metodic de prevenire și corectare a greșelilor de tehnică. - Metodica procedeele tehnice specifice baschetului din conținutul programelor școlare.	Prelegerea intensificată expunerea, conversația euristică, metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video).	2 ore 2 ore 4 ore
3. Tactica jocului de baschet în școală. Aspecte metodice privind inițierea - învățarea – fixarea- consolidarea tacticii din conținutul programelor școlare. Traseul metodic general privind instruirea tacticii jocului de baschet în școală	Prelegerea intensificată expunerea,conversația euristică, metode de comunicare oral – vizuală	2 ore

• Metodica acțiunilor tactice individuale, colective elementare și de echipă în atac / apărare din conținutul programelor școlare.	(instruirea prin tehnicile video).	4 ore
4. Noțiuni fundamentale de regulament și arbitraj utilizate în baschetul școlar. • Noțiuni fundamentale de regulament (jocul, dimensiuni și echipament, echipele, reguli de joc, abateri, greșeli, semnele arbitrilor).	Prelegerea intensificată, expunerea, conversația euristică.	2 ore
5. Lecția de educație fizică cu teme specifice jocului de baschet (structura, conținut, condiții de organizare, materiale și instalații).	Prelegerea intensificată, expunerea, conversația euristică.	2 ore
6. Baschetul la învățământul preșcolar. • Predarea jocului de baschet în lecția de educație fizică din învățământul preșcolar (particularități, metode, mijloace, evaluare, conținutul prorgamei).	Prelegerea intensificată expunerea,conversația euristică, metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video	2 ore
7. Baschetul la învățământul primar. • Predarea jocului de baschet în lecția de educație fizică din învățământul primar (particularități, metode, mijloace, evaluare, conținutul prorgamei.	Prelegerea intensificată expunerea,conversația euristică, metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video	2 ore
8. Baschetul la învățământul gimnazial. • Predarea jocului de baschet în lecția de educație fizică din învățământul gimnazial (particularități, metode, mijloace, evaluare, conținutul prorgamei.	Prelegerea intensificată expunerea, conversația euristică, metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video	2 ore
9. Echipa reprezentativă școlară de baschet. • Pregătirea echipei reprezentative școlare de baschet (selecție, condiții de organizare și desfășurare, componentele pregătirii, managementul organizării și conducerii unei competiții de baschet).	Prelegerea, expunerea conversația euristică.	2 ore
Bibliografie selectivă 1. Ciocoiu, D.L.- Abordări conceptuale în practicarea streetball-ului".Editura Europlus, Galați, 2014, p 58-91. 2. Ciocoiu, D.L.- Streetball-metode, mijloace și programe de pregătire. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2014, 107 p. 3. Ciocoiu, D.L.- Baschet-simplu, rapid, eficient în 14 lecții. Editura Fundației Universitare“Dunărea de Jos Galați, 2013, p. 5-110. 4. Ciocoiu, D.L.- Baschet. Identificarea posibilităților de mișcare a segmentelor corpului prin abordarea jocului de baschet.Editura Europlus, 2011, 134 p. 5. Hânsa,C.-Învățarea jocului de baschet.Editura Fundației Universitare“Dunărea de Jos”, Galați, 2003. 6. Hânsa,C. Călin, L.-Baschet-tehnică și tactică. Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, Galați, 2004. 7. Moanță, A. -Baschet-metodică”. Editura Alpha, 2005. 8. Predescu,T.,Moanță, A.- Baschetul în școală-instruire și învățare.Editura Semne, București, 2001. 9. Săvescu, I.- Educație fizică și sportivă școlară-Culegere de exerciții- Metodologie. Editura Aius, Craiova, 2007.p 96-99, 265-288. 10. Scarlat M. B., Scarlat E. Educație Fizică și Sport - manual pentru învățământul gimnazial - București: Didactică și Pedagogică R.A, 2002. 11. Scarlat, E., Scarlat M., B.- „Tratat de educație fizică ”Editura Didactică și Pedagogică, 2011. 12. Stan, L., Oancea, I., Oancea, M., Cojocaru, Ș.- Ghid metodologic privind proiectarea activităților de predare-învățare-evaluare clasele I- IV. 12. **** Ghid metodologic de aplicare a programelor de educație fizică și sport –învățământul gimnazial. 13. *****Regulamentul oficial al jocului de baschet . 14. ****www.frbaschet.ro		

8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cursului de bază. Verificarea cunoștințelor tehnico-tactice individuale și colective.	Expunerea, metode de verificare, metoda exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, joc bilateral / Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video	2 ore
2. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice fără minge poziția fundamentală, deplasările, schimbările de direcție, săriturile, opririle, piruetele, lucrul de brațe și jocul de picioare. Joc bilateral 3:3. <i>Regulament: teren, linii, zonele de restricție, echipele, durata jocului (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, jocuri cu temă, joc bilateral, studiu individual/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
3. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice cu minge: prinderea, ținerea, protecția, pivotarea și pasarea mingii de pe loc și urmate de deplasare și din deplasare. <i>Regulament : pași. (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
4. Consolidarea elementelor și procedeele tehnice cu minge: prinderea, ținerea, protecția, pivotarea și pasarea mingii de pe loc și urmate de deplasare și din deplasare. Joc bilateral 3:3 pe ½. Consolidarea noțiunilor de regulament și arbitraj. Lecție de integrare didactică.	Metoda exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, joc bilateral / Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
5. Metodica învățării driblingului. Structuri complexe de procedee tehnice, desfășurate pe ½ teren și pe tot terenul. Joc bilateral 3:3 pe ½. <i>Regulament : coș reușit și valoarea sa, dublu-dribling. (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă / Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
6. Structuri complexe de procedee tehnice cu și fără minge desfășurate pe ½ teren și pe tot terenul. Joc bilateral 3:3 pe ½ teren. Consolidarea noțiunilor de regulament și arbitraj.	Metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, metode de dezvoltare a gândirii critice, joc bilateral.	2 ore
7. Metodica învățării procedeei tehnice - aruncarea la coș de pe loc (mecanismul de bază). Jocuri pregătitoare simple cu finalizare prin procedeele de aruncare la coș de pe loc. <i>Regulament: repunerea mingii în joc după comiterea infracțiunilor-abatere. (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
8. Metodica învățării procedeei tehnice – aruncarea la coș din dribling. Structuri complexe de procedee tehnice, desfășurate pe ½ teren și pe tot terenul. Joc bilateral 3:3. <i>Regulament: repunerea mingii în joc după comiterea infracțiunilor-greșeli (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
9. Metodica învățării procedeei tehnice – aruncarea la coș din săritură. Structuri complexe de procedee tehnice, desfășurate pe ½ teren și pe tot terenul. Joc bilateral 3:3. <i>Regulament: echipament tehnic, greșeală personală, dublă greșeală (semnalele arbitrilor).</i>	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
10. Consolidarea elementelor și procedeele tehnice ale jocului fără minge și cu minge. Consolidarea noțiunilor de regulament și arbitraj. <i>Regulament: minge întoarsă în zona din spate. (semnalele arbitrilor). Lecție de integrare didactică.</i>	Metoda exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, metode de dezvoltare a gândirii critice, joc bilateral / Metode de	4 ore

	comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	
11. Metodica învățării acțiunilor tactice indiviale atac- demarcajul și marcajul. Relația 1:1. Noțiuni fundamentale de apărare și așezare în atac. Regulament: 3", 5", 8", 24" (semnalele arbitrilor).	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
12. Metodica învățării acțiunilor tactice individuale de atac - depășirea și pătrunderea. Consolidarea procedeelor tehnice și acțiunilor tactice însușite anterior. Regulament: greșeli de jucător, echipă, semnalizările arbitrilor (semnalele arbitrilor).	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
13. Metodica învățării combinației tactice colective elementare de atac „dă și du-te” și a apărării împotriva combinației „dă și du-te” - închiderea pătrunderilor și a încrucișării simple. Joc bilateral.	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video	2 ore
14. Consolidarea conținutului tehnico-tactic însușit anterior. Joc bilateral. Consolidarea noțiunilor de regulament și arbitraj Regulament: greșală antisportivă, descalificatoare, tehnică (semnalele arbitrilor . Lecție de integrare didactică.	Metoda exercițiului, simularea de situații, metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, joc bilateral/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
15. Metodica învățării combinațiilor tactice elementare de echipă - atacul în superioritate (2:1. 3:2) numerică și apărarea în inferioritate numerică (1:2, 2:3). Consolidarea conținutului tehnico-tactic însușit anterior. Joc bilateral. Regulament: minut de întrerupere, înlocuire de jucători, responsabilități oficialii jocului. (semnalele arbitrilor).	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual, jocuri cu temă/ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video.	2 ore
16. Metodica învățării tacticii colective de echipă –contraatacul. Învățarea jocului bilateral 5:5. Consolidarea conținutului tehnico-tactic însușit anterior. Consolidarea noțiunilor de regulament și arbitraj.	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă./ Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video	2 ore
17. Lecție de integrare didactică (conduceri parțiale de lecție de către studenți). Consolidarea structurilor de bază ale jocului în atac și apărare prin structuri de exerciții și jocuri. Joc bilateral 5:5 cu susținerea arbitrajului de către studenți.	Metoda simulării de situații, metoda exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, joc bilateral / Metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video), analiză video	6 ore
18. Verificarea elementelor și procedeelor tehnice însușite.	Metode de verificare, apreciere, notare.	2 ore
Bibliografie selectivă 1. Ciocoiu, D.L.- Streetball- metode, mijloace și programe de pregătire. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, 2014, 107 p. 2. Ciocoiu, D.L.- Baschet-simplu, rapid, eficient în 14 lecții. Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos, Galați, 2013, p. 5-110. 3. Hânsa, C.-Învățarea jocului de baschet. Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, Galați, 2003. 4. Hânsa, C. Călin, L.-Baschet-tehnică și tactică. Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, Galați, 2004, 192 p. 5. Moanță, A. -Baschet-metodică. Editura Alpha, 2005. 6. Predescu, T., Moanță, A. -“Baschetul în școală-instruire și învățare” Editura Semne, București, 2001. 7. Săvescu, I.- Educație fizică și sportivă școlară-Culegere de exerciții- Metodologie-Craiova, Ed. Aius, 2007, p. 96-99, 265-288.		

****Regulamentul oficial al jocului de baschet.

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

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Participare activă și integrală în cadrul cursului.	Metode de evaluare scrisă: față în față / online – (chestionar)	50%
10.5 Lucrări practice	Participare activă și integrală în cadrul lucrărilor practice.	Metode de evaluare practică față în față (prezentare secvență lecție) / Online: (prezentare teoretico - metodică secvență lecție) platforma Microsoft Teams.	40%
	Elaborarea unui caiet metodic.	Metode de evaluare scrisă (portofoliu)	10%
10.6 Standard minim de performanță			
progresul individual, frecvența la lucrările practice și atitudinea față de disciplină, însușirea parțială a programei din punct de vedere metodic, teoretic și practic.			

Data completării
28.09.2022

Semnătura titularului de curs
Conf.univ.dr. Ciocoiu Dana Lucica



Semnătura titularului de seminar
Lect. Dr. Stefanescu Catalin

Data avizării în catedră
29.09.2022

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

