



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	Licenta
1.6 Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă
1.7 Anul universitar	2020-2021

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TEORIA ȘI PRACTICA TENISULUI						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. dr. Moisescu Petronel						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof. dr. Moisescu Petronel						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	6	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	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					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					7
Examinări					2
Alte activități.....					10
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	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu videoproiector.
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Teren tenis, rachete, mingi.

6. Competențele specifice acumulate



Competențe profesionale	C1 Proiectare modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară (1,5 credite) C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (1,5 credite) 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 (1 credit) C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă (0,5 credite) C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport (0,5 credite)
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 (1 credit)

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Cunoașterea conținutului jocului de Tenis din perspectiva predării, învățării și evaluării conform ciclurilor curriculare din învățământul preuniversitar.
7.2 Obiectivele specifice	• Înțelegerea noțiunilor specifice disciplinei (istoric, regulament, denumiri elemente și procedee tehnice, acțiuni tactice); • Inițierea, învățarea, fixarea, consolidarea elementelor, procedeele tehnice și acțiunilor tehnico-tactice în vederea practicării globale a jocului de tenis; • Însușirea metodicii predării componentelor tehnico-tactice fundamentale și a formelor de organizare și conducere a activităților din domeniul tenisului;

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Istoricul jocului de tenis pe plan internațional și național;	Prelegerea, expunerea conversația euristică	2 ore
2. Regulamentul și terminologia specifică jocului de tenis – 2 ore;		2 ore
3. Stadiul actual și tendințele evoluției jocului de tenis – 2 ore;		2 ore
4. Amplasarea, amenajarea și întreținerea terenurilor de tenis – 2 ore;		2 ore
5. Caracteristici ale materialelor de joc și clasificarea suprafețelor de joc – 2 ore;		2 ore
6. Clasificarea loviturilor, priza rachetei, efectele și săritura mingii, elemente de mișcare în teren – 2 ore;		2 ore
7. Lovitura de dreapta – 2 ore;	\Prelegerea, expunere, conversația euristică, metode de comunicare oral-vizuală (instruirea prin tehnicile video).	2 ore
8. Lovitura de stânga – 2 ore;		2 ore
9. Serviciul – 2 ore;		2 ore
10. Smeciul – 2 ore;		2 ore
11. Voleul și demivoleul de dreapta și de stânga – 2 ore;		2 ore
12. Tactica jocului de tenis – 2 ore;		2 ore
13. Pregătirea fizică a jucătorului de tenis – 2 ore;		2 ore



14. Tactica jocului de simplu – 2 ore		2 ore
Bibliografie Radu Voia - Tenis – mică enciclopedie, Ed. Sport – turism, București, 1979. Cristea Eugen și Năstase Ilie - Tenis, Ed. . Sport – turism, București, 1979; Richard S. - Să învățăm corect tenis de la inițiere la performanță, Ed. Helicom Banat SA, Timișoara, 1993; Moise G. - Tenis – curs, specializare, ANEFS, București, 1994.		
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Priza rachetei, poziția fundamentală, acomodarea cu racheta și mingea de tenis	Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, ateliere de lucru, jocuri cu temă, joc bilateral.	2 ore
Lovitura de dreapta		4 ore
Lovitura de stanga		4 ore
Serviciul		4 ore
Smeciul		2 ore
Voleul și demivoleul de dreapta		2 ore
Voleul și demivoleul de stanga		2 ore
Utilizarea loviturilor învățate în condițiile concrete ale jocului de tenis		2 ore
Tactica de baza a jocului de simplu		4 ore
Verificare practică	Metode de verificare, apreciere, notare.	2 ore
Bibliografie Radu Voia - Tenis – mică enciclopedie, Ed. Sport – turism, București, 1979. Cristea Eugen și Năstase Ilie - Tenis, Ed. . Sport – turism, București, 1979; Richard S. - Să învățăm corect tenis de la inițiere la performanță, Ed. Helicom Banat SA, Timișoara, 1993; Moise G. - Tenis – curs, specializare, ANEFS, București, 1994.		

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

- manifestarea unor atitudini pozitive și responsabile față de fenomenul de însușire, consolidare și perfecționare, a probelor specifice jocului de Tenis de masă cu posibilități de demonstrare și abordarea problemelor de pe tărâmul cunoașterii științifice - identificarea termenilor specifici disciplinei, a relațiilor, proceselor, precum și a conexiunilor aferente; - utilizarea corectă a termenilor de specialitate; - definirea conceptelor și a cunoștințelor generale, necesare profesiei/disciplinei - capacitatea de adaptare la noi situații; proiectarea și evaluarea activităților practice specifice în scopul dezvoltării capacității de organizare și planificare, de analiză și sinteză.

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	Evaluare finală (scris)	40%
10.5 Seminar/laborator	participare activă și integrală în cadrul lucrărilor practice	Evaluare practică	40%
	conspectul regulamentului de joc și realizarea unui caiet metodic.	Metode de evaluare scrisă (referat, portofoliu)	20%
10.6 Standard minim de performanță			
Progresul individual, frecvența la lucrările practice și atitudinea față de disciplină, însușirea programei din punct de vedere metodic, teoretic și practic.			

Data completării

Semnătura titularului de curs
 Prof.univ.dr Moiescu Petronel

Semnătura titularului de seminar
 Prof.univ.dr Moiescu Petronel



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



06.09.2022

Data avizării în catedră

Semnătura directorului de departament
Prof.univ.dr Moises Petronel

10.09.2022