

FIȘA DISCIPLINEI

FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE – BASCHET

anul universitar 2020 – 2021

1. Date despre program

| | | |
|-----|-----------------------------------|--|
| 1.1 | Instituția de învățământ superior | Universitatea din Pitești |
| 1.2 | Facultatea | Științe, Educație Fizică și Informatică |
| 1.3 | Departamentul | Educație Fizică și Sport |
| 1.4 | Domeniul de studii | Știința Sportului și Educației Fizice |
| 1.5 | Ciclul de studii | Licență |
| 1.6 | Programul de studiu / calificarea | Educație Fizică și Sportivă / Profesor în învățământul primar și gimnazial |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|----------------|--|---|--|--|-----------|--|---|---------------------------------------|--|---|--|--------|-----|--|---------------------|--|-----------|
| 2.1 | | | | | Denumirea disciplinei | | | | | | | FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE – BASCHET | | | | | | | |
| 2.2 | | | | | Titularul activităților de curs | | | | | Conf. univ.dr. Fleancu Julien Leonard | | | | | | | | | |
| 2.3 | | | | | Titularul activităților de seminar / laborator | | | | | Conf.univ.dr. Cojanu Florin | | | | | | | | | |
| 2.4 | | Anul de studii | | I | 2.5 | | Semestrul | | I | 2.6 | | Tipul de evaluare | | Examen | 2.7 | | Regimul disciplinei | | Obligații |

3. Timpul total estimat

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|-----|-----|---------------|----|-----|-----------|---------------|
| 3.1 | Număr de ore pe săptămână | 4 | 3.2 | din care curs | 2 | 3.3 | S / L / P | 2 |
| 3.4 | Total ore din planul de învăț. | 56 | 3.5 | din care curs | 28 | 3.6 | S / L / P | 28 |
| Distribuția fondului de timp alocat studiului individual | | | | | | | | 69 ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | | | | 20 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | | | | 17 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri | | | | | | | | 20 |
| Tutorat | | | | | | | | 2 |
| Examinări | | | | | | | | 6 |
| Alte activități | | | | | | | | 4 |
| 3.7 | Total ore studiu individual | 69 | | | | | | |
| 3.8 | Total ore pe semestru | 125 | | | | | | |
| 3.9 | Număr de credite | 5 | | | | | | |

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 | Online |
| 5.2 | De desfășurare a laboratorului | Sala de sport cu teren regulamentar de baschet/ mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare / online |

6. Competențe specifice vizate

| | |
|-------------------------|--|
| Competențe profesionale | <p>C1: Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. (2 PC)</p> <p>C3: Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor / obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. (1 PC)</p> <p>C4: Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă (1 PC)</p> |
|-------------------------|--|

| | |
|-------------------------|--|
| Competențe transversale | CT3: Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională (1 PC) |
|-------------------------|--|

7. Obiectivele disciplinei

| | |
|---------------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice specifice disciplinei cu privire la cunoașterea și însușirea principalelor elemente și procedee tehnice, cunoașterea și însușirea principalelor acțiuni tactice de atac și apărare, cunoașterea și însușirea fazelor jocului, cunoașterea și însușirea formelor și sistemelor de joc în atac și apărare precum și a principalelor noțiuni de regulament. |
| 7.2 Obiectivele specifice | <p>a) Obiective cognitive</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Cunoașterea, înțelegerea și operarea cu principalele probleme legate de teoria și metodică jocului de baschet. □ 2. Cunoașterea și operarea cu principalele probleme teoretice privind tehnica și tactica jocului de baschet. □ 3. Cunoașterea conținutului tehnico-tactic al jocului de baschet și metodică instruirii acestuia în atac și în apărare. □ 4. Cunoașterea și demonstrarea principalelor procedee tehnice și acțiuni tactice individuale și colective din atac și apărare. □ 5. Însușirea terminologiei specifice disciplinei și formarea competențelor de utilizare corectă a acesteia. □ 6. Cunoașterea și utilizarea unor linii metodice ale principalelor elemente tehnice și acțiuni tactice din atac și apărare. □ 7. Însușirea cunoștințelor de bază din regulamentul de baschet și aplicarea acestuia în activitățile competiționale. <p>b) Obiective procedurale</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Corelarea unor cunoștințe școlare dobândite anterior cu unele probleme ale teoriei și metodicii jocului de baschet; □ 2. Identificarea unor situații concrete de utilizare aplicativă a aspectelor teoretice și practice. <p>c) Obiective atitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Formarea unei atitudini corecte și responsabile cu privire la rolul specialiștilor domeniului și respectarea normelor de deontologie profesională, fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice specialistului în domeniul știința sportului și educației fizice; □ 2. Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare. |

8. Conținuturi

| 8.1. Curs | | Nr. ore | Metode de predare | Observații Resurse folosite |
|---|---|---------|---|--------------------------------|
| CURS | | | | |
| SPM / EFS / Anul I / SEMESTRUL I | | | | |
| 1 | C1. Apariția, dezvoltarea și răspândirea jocului de baschet. a) Istoria jocului de baschet; b) Apariția jocului de baschet în România; c) România – întrecerile interne și internaționale. | 2 | | |
| 2 | C2. Obiectul teoriei și metodicii baschetului. a) Baschetul ca mijloc al educației fizice; b) Baschetul ca disciplină sportivă; c) Baschetul ca disciplină științifică; d) Aria practicării jocului de baschet; e) Valoarea educativă a baschetului; f) Caracteristicile jocului de baschet. | 2 | - Prelegerea participativă, dezbateră, exemplificarea, exercițiul de reflecție, conversația | Calculator, Videoproiector |
| 3 | C3. Probleme teoretice privind tehnica jocului de baschet. a) Definiția tehnicii; | 2 | | |

| | | | | |
|----|--|---|------------|-------------------------------|
| | b) Caracteristicile tehnicii; c) Elementele tehnice; d) Procedeele tehnice; e) Stilul tehnic. | | euristică. | |
| 4 | C4. Probleme teoretice privind tactica jocului de baschet. a) Definiția tacticii; b) Problemele tacticii jocului de baschet; c) Caracteristicile tacticii; d) Corelația dintre tehnică și tactică. | 2 | | |
| 5 | C5. Sistematizarea conținutului tehnicii jocului de baschet în atac; analiza principalelor elemente tehnice; traseul metodic al învățării și perfecționării elementelor tehnice specifice jocului de atac in baschet (elemente de miscare in teren și tehnica in posesia mingii). | 2 | | |
| 6 | C6. Sistematizarea conținutului tehnicii jocului de baschet în apărare; analiza principalelor elemente tehnice; traseul metodic al învățării și perfecționării elementelor tehnice specifice jocului de apărare in baschet (elemente de miscare in teren și tehnica deposedării de minge și contracarării acțiunilor de atac). | 2 | | |
| 7 | C7. Sistematizarea conținutului tacticii individuale în jocul de baschet; analiza principalelor acțiuni tactice individuale de atac; traseul metodic al învățării și consolidării tacticii individuale în atac (fără minge și cu minge). | 2 | | |
| 8 | C8. Sistematizarea conținutului tacticii individuale în jocul de baschet; analiza principalelor acțiuni tactice individuale de apărare; traseul metodic al învățării și consolidării tacticii individuale în apărare (împotriva atacantului fără minge si impotriva atacantului cu minge). | 2 | | |
| 9 | C9. Sistematizarea conținutului tacticii colective de 2-3 jucatori în jocul de baschet; analiza acțiunilor de 2-3 jucători în atac ; metodică învățării acțiunilor de 2-3 jucători in baschet(intre 2 sau mai mulți jucători in atac). | 2 | | |
| 10 | C10. Sistematizarea conținutului tacticii colective de 2-3 jucatori în jocul de baschet; analiza acțiunilor de 2-3 jucători în apărare ; metodică învățării acțiunilor tactice colective de 2-3 jucători in apărare (intre 2 sau mai mulți jucători in apărare). | 2 | | |
| 11 | C11. Sistematizarea conținutului tacticii de echipă în atac în jocul de baschet; metodică învățării principalelor sisteme de atac utilizate in baschetul școlar. | 2 | | |
| 12 | C12. Sistematizarea conținutului tacticii de echipă în apărare în jocul de baschet; metodică învățării principalelor sisteme de apărare utilizate in baschetul școlar. | 2 | | |
| 13 | C 13 Baschetul în școală: obiective instructiv - educative, conținutul programei pentru cls. I – VIII, verificare și apreciere.Pregătirea echipelor reprezentative școlare; activitatea profesorului de educație fizică, antrenor al echipei reprezentative; organizarea competițiilor sportive, metodică învățării arbitrajului în școală. | 2 | | Calculator, Videoproiector |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| 14 | C14. Sistematizarea principalelor traumatisme întâlnite în jocul de baschet și nivelul lor de localizare. Jocul de baschet ca mijloc de prevenire și combatere a traumatismelor în sport. | 2 | | |
|----|--|---|--|--|

Bibliografie:

1. **Coleman B.E.**, - Basketball: Techniques, Teaching and Trening, Editura Human Kinetics, 1998.
2. **Colibaba E.D., Bota I.**, - Jocuri sportive – Teorie și metodică. Editura Aldin, București, 1998.
3. **Colibab E.D.**, - Note de curs. Editura Univ. din Pitești, 2004.
4. Crossingham J., - Basketball in Action. Editura Human Kinetics, S.U.A., 2000.
5. F.I.B.A. – Basketball For Young Players. Guidelines for coaches. Editura Dykinson, Madrid, 2000.
6. **Fleancu J.L., Ciorbă C., - Baschet.** Îndrumar practico- metodic. Editura Cultura, Pitești, 2001.
7. **Fleancu J.L., Ciorbă C.**, - Baschetul la 8-12 ani, Edit. Garuda – Art, Chișinău 2001.
8. **Fleancu J.L. , Baschet Teorie și Metodica, , Editura Universitaria Craiova, 2007 .**
9. **Fleancu J.L. , Baschet. Orientari și concepte în pregătirea jucătorilor de baschet,Editura Universitaria Craiova, 2007,**
10. **Fleancu J.L. Baschet.** Fundamentele științifice ale jocului de baschet. Note de curs, Editura Universitatii din Pitesti, 2016
11. Hrișcă A, Negulescu C., Colibaba E.D., - Tehnica și tactica individuală. Editura I.C.F., M.E.I., Bucurelti, 1980.
12. Predescu T, - Baschet. Curs de bază. Editura A.N.E.F.S., București, 1998.

| 8.2. Aplicații: Laborator | | Nr. ore | Metode de predare | Observații Resurse folosite |
|--|--|---------|---|---|
| LUCRĂRI PRACTICE SPM / EFS / Anul I / SEMESTRUL I | | | | |
| 1 | LP 1 Tema 1: Poziția fundamentală pentru jocul de atac și apărare. 1. Învățarea poziției fundamentale pentru jocul de atac și apărare cu accent pe însușirea și execuția corectă a acestor elemente tehnice; 2. Cunoașterea metodologiei de utilizare a poziției fundamentale pentru atac și apărare în cadrul jocului bilateral. Tema 2: Joc bilateral. 1. Verificarea bagajului de cunoștințe tehnico-tactice dobândite anterior. Tema 3: Regulament: terenul de joc, panouri, coșul de baschet. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament. | 2 | Explicația, demonstrația, exercițiul, lucrul în grup, discuția, | În cadrul primei lecții se stabilesc obligațiile de la lucrările practice ale studenților și se precizează criteriile ce vor fi utilizate în evaluarea rezultatelor învățării |
| 2 | LP 2 Tema 1: Mișcarea sau deplasarea în teren pentru jocul de atac și apărare. 1. Învățarea formelor de deplasare în teren pentru jocul de atac și apărare cu accent pe însușirea mecanismului de bază pentru efectuarea acestora: a) mișcarea în teren specifică atacului : alergarea lansată, alergarea tropotită, opriri și porniri bruște, întoarceri, schimbări de direcție, sărituri, | 2 | | Mingi de baschet |

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
| | <p>deplasări în diferite direcții. b) mișcarea în teren specifică apărării: alergarea cu spatele, deplasarea laterală cu pași adăugați, încrucișați, opriri, porniri, întoarceri, sărituri.</p> <p>Tema 2: Poziția fundamentală pentru jocul de atac și apărare. 1. Consolidarea poziției fundamentale cu accent pe menținerea ei un timp cât mai îndelungat.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Verificarea bagajului de cunoștințe tehnico-tactice dobândite anterior.</p> <p>Tema 4: Regulament: timpul de joc, time-out. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | | dezbateră, dialogul, conversația euristică, chinograme | Materiale auxiliare |
| 3 | <p>LP 3</p> <p>Tema 1: Ținerea, prinderea și pasarea mingii de pe loc. 1. Învățarea Ținerii, prinderii și pasării mingii de pe loc cu accent pe ieșirea la minge . 1.1.Ținerea mingii: a) cu două mâini b) cu o mână .</p> <p>1.2.Prinderea mingii cu două mâini în dreptul pieptului, pasa de pe loc cu 2 miine de la nivelul pieptului: tehnica de execuție, exerciții, greșeli, indicații metodice.</p> <p>Tema 2: Mișcarea sau deplasarea în teren pentru jocul de atac și apărare. 1. Consolidarea mișcării în teren cu accent pe creșterea vitezei de execuție a acestor mișcări.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea poziției fundamentale pentru jocul de atac și apărare cu accent pe aplicarea în joc a acestor procedee tehnice.</p> <p>Tema 4: Regulament: mingea, echipa. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 4 | <p>LP 4</p> <p>Tema 1: Prinderea și pasarea mingii din alergare. 1. Învățarea prinderii și pasării mingii din alergare cu accent pe răsucirea trunchiului atât în momentul prinderii mingii cât și în cel al pasării. 2. Însușirea mecanismului de bază. 3. Cunoașterea metodologiei prinderii și pasării mingii din alergare.</p> <p>Tema 2:Ținerea, prinderea și pasarea mingii de pe loc. 1. Consolidarea Ținerii, prinderii și pasării mingii de pe loc 2. Însușirea mecanismului de bază.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea formelor de deplasare în teren pentru jocul de atac și apărare cu accent pe viteza de execuție a acestora.</p> <p>Tema 4: Regulament: schimbul de jucători, echipamentul. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | Explicația, demonstrația, exercițiul, lucrul în grup, discuția, dezbateră, dialogul, conversația euristică, chinograme | Mingi de baschet Materiale auxiliare |
| 5 | <p>LP 5</p> <p>Tema 1: Driblingul sau conducerea mingii. 1. Învățarea driblingului cu accent pe împingerea mingii în sol. 2. Însușirea mecanismului de bază. 3. Cunoașterea metodologiei driblingului.</p> <p>Tema 2: Prinderea și pasarea mingii din alergare. 1. Consolidarea prinderii și pasării mingii din alergare cu accent pe pasarea mingii pe poziție viitoare.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea elementelor tehnice învățate cu accent pe capacitatea de aplicare în joc a acestora (poziția fundamentală, formele de deplasare în teren, ținerea, prinderea și pasarea mingii de pe loc). 2. Respectarea principalelor reguli de joc.</p> <p>Tema 4: Regulament: abaterea de pași, dublu dribling, repunerea mingii de la marginile terenului. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| 6 | <p>LP 6</p> <p>Tema 1. Învățarea aruncării la coș de pe loc cu o mina de deasupra capului. Tema 2: Driblingul. 1. Consolidarea driblingului cu accent pe mărirea vitezei de execuție a driblingului.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea prinderii și pasării mingii din alergare cu accent pe creșterea vitezei de deplasare în timpul prinderii și pasării mingii.</p> <p>Tema 4: Regulament: abaterea de teren, abateri la aruncările libere. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 7 | <p>LP 7</p> <p>Tema 1 :Învățarea aruncării la coș din alergare cu o mina de deasupra capului.</p> <p>Tema 2 : Consolidarea aruncărilor la coș de pe loc cu o mina de deasupra capului.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: . 2. Respectarea principalelor reguli de joc.</p> <p>Tema 4 : Regulament: abaterile de 3,5,8,24 secunde și posesia alternativă. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 8 | <p>LP 8</p> <p>Tema 1 :Aruncarea la coș din dribling .Învățare cu accent pe sincronizarea driblingului cu efectuarea celor 2 pași.</p> <p>Tema 2 :Aruncarea la coș de pe loc si din alergare. 1. Consolidarea aruncării la coș din alergare . Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: .</p> <p>Tema 4: Regulament : aruncarea de început, aruncarea de la margine. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 9 | <p>LP 9</p> <p>Tema 1: Aruncarea la coș din săritură.Învățarea aruncării din săritură de pe loc si precedată de deplasare orie si aruncare.</p> <p>Tema 2: Aruncările la coș din deplasare .Consolidarea aruncărilor la coș din alergare și din dribling.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă:.</p> <p>Tema 4: Regulament: Greșala personala, Greșala antisportivă, Greșala disqualificatorie, Greșala tehnică.. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 10 | <p>LP 10</p> <p>Tema 1 Marcajul si demarcajul.Învățarea marcajului si demarcajului.</p> <p>Tema 2: Iesirea la minge si poziția triplei amenințări.</p> <p>Tema 3 : Joc bilateral. 1. Joc cu temă și de situație..</p> <p>Tema 4 : Regulament : Inlocuirea de jucători, time-out. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 11 | <p>LP 11</p> <p>Tema 1: Dă și du-te.Învățare.</p> <p>Tema 2: Încrucișarea simplă și încrucișarea dublă.</p> <p>Tema 3: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea marcajului cu accent pe efectuarea lui în timpul replierii.</p> <p>Tema 4: Regulament: eliminarea definitivă, arbitrii. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament.</p> | 2 | | |
| 12 | <p>LP 12</p> <p>Tema 1: Blocajul urmat de ieșirea din blocaj</p> | 2 | | |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| | Tema 2: Alunecarea, inchiderea pătrunderilor. Tema 3 : Atacul in superioritate numerică și apărarea în inferioritate numerică. Tema 4: Joc bilateral. 1. Joc cu temă: Perfecționarea marcajului cu accent pe efectuarea lui în timpul replierii. | | | |
| 13 | LP 13 Tema 1: Verificare. a) Demonstrarea execuției aruncării la coș de pe loc, din alergare și din dribling. b) Demonstrarea execuției aruncării la coș din săritură.. Tema 2: Verificare. A. Demonstrarea acțiunilor tactice individuale și colective de 2-3 jucători specifice jocului în atac și în apărare.. Tema 3: Joc bilateral 5x5. 1. Joc cu temă și de situație. Tema 4: Regulament: scorerul și cronometrul, semnalizările standard ale arbitrilor. 1. Cunoașterea noțiunilor de regulament. | 2 | | |
| 14 | LP 14 Tema 1. Verificare. a) Lucrare scrisă; b) Joc 5x5 pe tot terenul. | 2 | | |
| Bibliografie 1. Coleman B.E., - Basketball: Techniques, Teaching and Trening , Editura Human Kinetics, 1998. 2. Colibaba E.D., Bota I., - Jocuri sportive – Teorie și metodică . Editura Aldin, București, 1998. 3. Colibab E.D., - Note de curs . Editura Univ. din Pitești, 2004. 4. Crossingham J., - Basketball in Action . Editura Human Kinetics, S.U.A., 2000. 5. F.I.B.A. – Basketball For Young Players. Guidelines for coaches . Editura Dykinson, Madrid, 2000. 6. Fleancu J.L., Coirbă C., - Baschet. Îndrumar practico- metodic . Editura Cultura, Pitești, 2001. 7. Fleancu J.L., Ciorbă C., - Baschetul la 8-12 ani , Edit. Garuda – Art, Chișinău 2001. 8. Fleancu J.L. Baschet . Fundamentele științifice ale jocului de baschet. Note de curs, Editura Universitatii din Pitesti, 2016 9. Hrișcă A, Negulescu C., Colibaba E.D., - Tehnica și tactica individuală . Editura I.C.F., M.E.I., Bucurelti, 1980. 10. Predescu T., - Baschet . Curs de bază. Editura A.N.E.F.S., București, 1998. 11. Sidney Golstein, - Basketball – Coach’s Bible . Editura Golden Aura Publishing – Philadelphia, 1994. 12. Sidney Golstein, - Basketball – Player’s Bible . Editura Golden Aura Publishing – Philadelphia, 1995. 13. Teodorescu L., - Probleme de teorie și metodică în jocurile sportive . Editura Sport – Turism, București, 1995. 14. Wissel Hall, - Basketball: Step to Success , editura Human Kinetics, S.U.A., 1994. 15. xxx – Regulamentul jocului de baschet . Editura F.R.B., București, 2000. 16. Burrall Paye, - Youth Basketball Drills , editura Human Kinetics, S.U.A., 1998. 17. Ken Lumsden, - Complete Book of Drills for Winning Basketball , editura Human Kinetics, S.U.A., 2000. | | | | |

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

Corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul știința sportului și educației fizice.
Competențele care vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului primar și gimnazial.
Notă: În cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacție al reprezentanților comunității academice și al angajatorilor față de competențele profesionale și transversale dobândite de către absolvenții programului de studiu *Educație Fizică și Sportivă*.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere |
|----------------|---------------------------|-------------------------|--------------|
|----------------|---------------------------|-------------------------|--------------|

| | | | |
|--|--|---|------------------------|
| | | | din nota finală |
| 10.4 Curs | Calitatea, gradul de asimilare a limbajului de specialitate și coerența tratării subiectelor de examen. | Examen scris | 40 % |
| 10.5 Seminar / Lucrări practice / Tema de casă | <ul style="list-style-type: none"> • Activitate practică: <ul style="list-style-type: none"> □ 1. demonstrarea tehnicii de execuție a elementelor și procedeele tehnice. □ 2. joc bilateral | <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Se evaluează: <ul style="list-style-type: none"> - corectitudinea execuției procedeele tehnice - pondere 50% din nota finală; - cursivitatea și viteza acțiunii - pondere 25% din nota finală; - forța și/precizia procedeului de finalizare - pondere 25% din nota finală. □ 2. Se evaluează: <ul style="list-style-type: none"> - respectarea responsabilităților postului repartizat în echipă; - eficiența participării în fazele de atac și de apărare; - colaborarea cu coechipierii; - contactul regulamentar și respectul față de adversari; - acționarea conform prevederilor regulamentare. | 30 % |
| | sau | | |
| | □ prezentarea unor linii metodice a elementelor și procedeele tehnice din atac și apărare în situația în care activitatea didactică s-a desfășurat exclusiv online | Analiza modului de realizare a liniilor metodice | |
| | • Referat ca temă de casă (pentru elaborarea căruia se vor folosi cel puțin 5 surse bibliografice). | Analiza modului de realizare a referatului | 20 % |
| | • Participare la activitățile practice. | Notare curentă Evaluarea participării conștiente și active din cadrul lucrărilor practice. | 10 % |
| 10.6 Standard minim de performanță | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Îndeplinirea activităților practice este absolut obligatorie. ▪ Comunicarea unor informații utilizând corect limbajul științific de specialitate. ▪ Cunoașterea elementelor fundamentale de teorie legate de disciplina baschet. ▪ Cunoașterea regulamentului de joc. | | |

Data completării
29.09.2020

Titular de curs,
Conf.univ.dr. FLEANCU JULIEN LEONARD

Titular de laborator,
CONF. DR. COJANU FLORIN

.....

Data aprobării în Consiliul departamentului,
30.09.2020

Director de departament,
(prestator)
Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

Director de departament,
(beneficiar),
Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

.....

.....