

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURA DE SPORT - BASCHET**  
**Anul universitar 2017-2018**

**1. Date despre program**

<b>1.1. Instituția de învățământ superior</b>	Universitatea din Pitești
<b>1.2. Facultatea</b>	Științe, Educație Fizică și Informatică
<b>1.3. Departamentul</b>	Educație fizică și sport
<b>1.4. Domeniul de studii</b>	Știința Sportului și Educației Fizice
<b>1.5. Ciclul de studii</b>	Licență
<b>1.6. Programul de studii/Calificarea</b>	SPM / profesor- antrenor

**2. Date despre disciplină**

**1. Date despre disciplină**

2.1	Denumirea disciplinei	<b>METODICA ANTRENAMENTULUI PE RAMURA DE SPORT - BASCHET</b>									
2.2	Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Cojanu Florin									
2.3	Titularul activităților de laborator	Conf.univ.dr. Cojanu Florin									
2.4	Anul de studii	III	2.5	Semestrul	1	2.6	Tipul de evaluare	Examen	2.7	Regimul disciplinei	F/O

**3. Timpul total estimat**

<b>3.1. Număr de ore pe săptămână: 4</b>	<b>3.2. din care: curs: 2</b>	<b>3.3. seminar/laborator: 2</b>	
<b>3.4. Total ore din planul de învățământ 56</b>	<b>3.5. din care: curs: 28</b>	<b>3.6. seminar/laborator: 28</b>	
<b>Distribuția fondului de timp</b>			
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe			25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren			17
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri			20
Tutoriat			5
Examinări			2
Alte activități.....			
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>	<b>69</b>		
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>	<b>125</b>		
<b>3.9. Număr credite</b>	<b>5</b>		

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

<b>4.1. de curriculum</b>	
<b>4.2. de competențe</b>	Cunoasterea terminologiei specifice domeniului sportiv

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

<b>5.1. de desfășurare a cursului</b>	Sală dotată cu videoproiector și ecran
<b>5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului</b>	Sală dotată cu videoproiector și ecran

**6. Competențe specifice acumulate (vizate prin programul de studiu)\***

<b>6.1. Competențe profesionale</b>	<b>C1:</b> Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.
-------------------------------------	---

	<b>C2:</b> Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar.  <b>C4:</b> Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport.
<b>6.2. Competențe transversale</b>	

**\* Notă: 7.Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)**

<b>7.1. Obiectivul general al disciplinei</b>	Achiziționarea sistemului de cunoștințe teoretice (științifice), metodologice și practice necesare profesorilor și/sau antrenorilor care se ocupă cu selecționarea și instruirea echipelor de nivel formativ (școlar, minibaschet, juniori I, II, III, seniori);
<b>7.2. Obiectivele specifice</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formarea unei concepții profesionale (de joc și pregătire) autentice și electivă, cu disponibilități largi de adaptare a stilului de predare a baschetului la caracteristicile și particularitățile (de vârstă, sex, comportament, pregătire) subiecților sau echipelor instruite;</li> <li>➤ Dobândirea abilităților practice și metodologice care asigură eficientizarea activităților de predare – învățare – perfecționare – evaluare, desfășurate la nivelul claselor de elevi și grupele de studenți, reprezentativelor școlare și universitare, echipelor de copii și juniori;</li> <li>➤ Asimilarea și aplicarea în practică a strategiilor de selecție, de instruire, de organizare și conducere a echipelor în competițiile sportive.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

<b>8.1. Curs</b>		<b>Metode de predare</b>	<b>Observații Resurse folosite</b>
1	<b>Sumarul sezonului sportiv precedent 2016/2017 competiții, participanți, noutăți (tehnice, teoretice, metodologice, de regulament); – 2 ore</b>	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
2	Caracteristicile și tendințele dezvoltării baschetului pe plan internațional 4 ore	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
3	<b>Dimensiunile modelului de joc</b> (structura motrică, dinamica solicitărilor volum, intensitate, complexitate), parametrii de joc; - 4 ore	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
4	Orientare selectivă inițială și selecției pe etape formative ale jucătorilor de baschet – 4 ore	Prelegerea, demonstrația, explicația	Calculator, Videoproiector
5	Prezentarea și caracterizarea etapelor formative ale jucătorilor de baschet – 4 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
6	Pregătirea tehnică a jucătorilor și echipelor de baschet – 4 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
7	Pregătirea tactică a jucătorilor și echipelor de baschet – 4 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
8	Evaluarea jucătorilor și echipelor de baschet – 2 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
<b>Bibliografie</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bompă T. (2003) - Performanțe în jocurile sportive, Ed. Ex Ponto, SNA, București,</li> <li>2. Bril M S (1983) – Selecția în jocurile sportive, Ed. Fizicultură I Sportz, București, traducere</li> <li>3. Colibaba E D, Bota I (1998) – Jocuri sportive – Teorie și metodică, Ed. Aldin, București,</li> <li>4. Colibaba E D (1983) – Concepția de joc și pregătire la juniori I, Ed. FRB, București,</li> </ol> Cojanu F., (2014) Prescripții metodologice ale proiectării jocului de baschet în școală, Ed. Universitaria Craiova			

8.2. Seminar		Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Elemente de mișcare în teren – 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
2	Controlul, mânuirea și manevrarea mingii – 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
3	Învățarea jocului prin joc; probe și norme de control – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
4	Driblingul – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
5	Aruncarea la coș din alergare și dribling – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
6	Aruncările specifice jucătorilor centriei – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
7	Relația 1x1 – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Teren baschet, mingi, jaloane
8	Relația 1x1 pe posturi – perfecționare – 4 ore	demonstrația, explicația,	Teren baschet,
<b>Bibliografie</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Colibaba E D (1996/1997) – Model de joc și modelșare, Ed. ANEFS, București, Nr. 4-5,</li> <li>2. Predescu T, Ghițescu I (2000) – Pregătirea echipelor de performanță, Ed. Semne, București,</li> <li>3. Svart V B, Hruscev S V (1986) - Aspectele medico biologice ale organizării și selecției, traducere CNEFS, București,</li> <li>4. Teodorescu L (1984) – Orientări și tendințe în teoria și metodologia antrenamentului modern în EFS, nr. 4,</li> <li>5. Cojanu F., (2014) Prescripții metodologice ale proiectării jocului de baschet în școală, Ed. Universitaria Craiova</li> </ol>			

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

Competențele obținute la această disciplină permit absolventului să lucreze ca: Profesor antrenor în învățământul cu program sportiv integrat primar și gimnazial / antrenor la cluburi sportive, asociații sportive.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Răspunsurile la examen -evaluarea finală	Examen scris cu subiecte alese din materia de predată la curs	40%
10.5 Seminar/ Laborator	Evaluările finale la LP Testarea continuă pe parcursul semestrului  Activitățile gen teme / referate / eseu / traduceri / proiecte etc. Prezență	Prelegerea  Teme de casă din tematica de LP	20% 20%  10% 10%
10.6 Standard minim de performanță	Îndeplinirea activităților de seminar, Promovarea evaluării finale (obținerea unui punctaj care să depășească jumătate din punctajul alocat evaluării finale)		

Data completării: Titular de curs, Titular de seminar,  
 ..... Conf. univ. dr. Cojanu Florin Conf. univ. dr. Cojanu Florin  
 .....

Data aprobării în Consiliul departamentului, Director de departament, Director de departament,  
 ..... (prestator) (beneficiar),  
 ..... Prof. univ. dr. Prof. univ. dr.  
 ..... Cretu Marian Cretu Marian  
 .....

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**ISTORIA EDUCATIEI FIZICE ȘI SPORTULUI**  
**Anul universitar 2017-2018**

**1. Date despre program**

<b>1.1. Instituția de învățământ superior</b>	UNIVERSITATEA DIN PITESTI
<b>1.2. Facultatea</b>	ȘTIINȚE, EDUCATIE FIZICA SI INFORMATICA
<b>1.3. Departamentul</b>	EDUCATIE FIZICA
<b>1.4. Domeniul de studii</b>	ȘTIINȚA SPORTULUI SI EDUCATIEI FIZICE
<b>1.5. Ciclul de studii</b>	LICENȚĂ
<b>1.6. Programul de studii/Calificarea</b>	SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ/ Profesor antrenor în învățământul cu program sportiv integrat primar și gimnazial/antrenor la cluburi sportive, asociații sportive

**2. Date despre disciplină**

**2. Date despre disciplină**

2. Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					ISTORIA EDUCATIEI FIZICE ȘI SPORTULUI					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf.univ.dr. Cojanu Florin					
2.3	Titularul activităților de laborator					Conf.univ.dr. Cojanu Florin					
2.4	Anul de studii	II	2.5	Semestrul	1	2.6	Tipul de evaluare	Colocviu	2.7	Regimul disciplinei	F/O

**3. Timpul total estimat**

<b>3.1. Număr de ore pe săptămână: 2</b>	<b>3.2. din care: curs: 1</b>	<b>3.3. seminar/laborator: 1</b>	
<b>3.4. Total ore din planul de învățământ 28</b>	<b>3.5. din care: curs: 14</b>	<b>3.6. seminar/laborator: 14</b>	
<b>Distribuția fondului de timp</b>			
<b>Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe</b>			12
<b>Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren</b>			4
<b>Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri</b>			3
<b>Tutoriat</b>			
<b>Examinări</b>			3
<b>Alte activități.....</b>			
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>	22		
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>	50		
<b>3.9. Număr credite</b>	2		

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

<b>4.1. de curriculum</b>	
<b>4.2. de competențe</b>	Cunoașterea terminologiei specifice domeniului sportiv

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

<b>5.1. de desfășurare a cursului</b>	Sală dotată cu videoproiector și ecran
<b>5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului</b>	Sală dotată cu videoproiector și ecran

## 6. Competențe specifice acumulate (vizate prin programul de studiu)\*

<b>6.1. Competențe profesionale</b>	C2 - Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar
<b>6.2. Competențe transversale</b>	CT3 Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală

\* Notă: 7.Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

<b>7.1. Obiectivul general al disciplinei</b>	Însușirea cunoștințelor privind fenomenul sportiv de-a lungul timpului și relația de cauzalitate cu educația fizică contemporană;
<b>7.2. Obiectivele specifice</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cunoașterea principalelor sisteme de educație fizică;</li> <li>➤ Cunoașterea apariției și evoluției exercițiului fizic de-a lungul timpului;</li> <li>➤ Dobândirea competenței de argumentare a rolului educației fizice la nivelul altor discipline din planul cadru de învățământ.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

<b>8.1. Curs</b>		<b>Metode de predare</b>	<b>Observații Resurse folosite</b>
1	<b>Introducere în istoria educației fizice și sportului</b> 2 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
2	<b>Educația fizică în Grecia antică</b> 2 ore	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
3	<b>Educația fizică în Roma antică</b> 2 ore	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
4	<b>Educația fizică în evul mediu</b> 2 ore	Prelegerea, demonstrația, explicația	Calculator, Videoproiector
5	<b>Reintroducerea educației fizice în școală</b> 2 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
6	<b>Educație fizică în România</b> 2 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
7	<b>Jocurile Olimpice Moderne</b> 2 ore	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
<b>Bibliografie</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Bănciulescu, V.</i>, (1964) – Jocurile olimpice de-a lungul veacurilor, Editura U.C.F.S., București.</li> <li>2. <i>Cojanu F.</i>, (2014) Istoria educatiei fizice si sportului, Ed. Tiparg, Pitesti</li> <li>3. <i>Gifford, C.</i>, (2007) – Jocurile Olimpice, Editura ErcPress, București.</li> <li>4. <i>Kirițescu, C.</i>, (1964) – Palestrica – o istorie universală a culturii fizice , Editura U.C.F.S., București.</li> <li>5. <i>Niculescu I.</i>, (2009) Fenomenul sportiv de-a lungul timpului, Ed. Universitaria Craiova;</li> <li>6. <i>Postolache, N.</i>, (1979) – Istoria sportului românesc în date, Editura Junimea, Iași.</li> </ol>			
<b>8.2. Seminar</b>		<b>Metode de predare</b>	<b>Observații Resurse folosite</b>
1	<b>Exercițiu fizic în comuna primitivă</b> 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Calculator, Videoproiector
2	<b>Jocurile Olimpice Antice</b> 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Calculator, Videoproiector
3	<b>Educația fizică în timpul Iluminismului</b> 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Calculator, Videoproiector
4	<b>Principalele sisteme de educație fizică</b>	demonstrația, explicația,	Calculator, Videoproiector

	2 ore	exersarea	
5	<b>Olimpismul</b> 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Calculator, Videoproiector
6	<b>Edițiile Jocurilor Olimpice Moderne</b> 2 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Calculator, Videoproiector
<b>Bibliografie</b> <i>Bănciulescu, V.</i> , (1964) – Jocurile olimpice de-a lungul veacurilor, Editura U.C.F.S., București. <i>Cojanu F.</i> , (2014) Istoria educației fizice și sportului, Ed. Tiparg, Pitești <i>Niculescu I.</i> , (2009) Fenomenul sportiv de-a lungul timpului, Ed. Universitaria Craiova; <i>Swaddling, J.</i> , (2008) – Jocurile Olimpice în Antichitate, Editura Aquila, București. <i>Todan, I., Iancu, H.</i> , (2000) – Istoria educației fizice și sportului, Editura Printech, București. <i>Tudor, V., Iancu, H.</i> , (2004) – Istoria educației fizice – note de curs, București.			

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

Competențele obținute la această disciplină permit absolventului să lucreze ca: profesor în unitati de invatamant gimnazial cu profil vocational, antrenor , animator de timp liber.

**11. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Răspunsurile la examen -evaluarea finala	Examen scris cu subiecte alese din materia de predată la curs	30%
10.5 Seminar/ Laborator	Răspunsurile finale la seminar Testarea continuă pe parcursul semestrului  Activitățile gen teme / referate / eseuri / traduceri / proiecte etc. Prezență	Prelegerea  Teme de casă din tematica de seminar	30% 20% 10% 10%
10.6 Standard minim de performanță	Îndeplinirea activităților de seminar, Promovarea evaluării finale (obținerea unui punctaj care să depășească jumătate din punctajul alocat evaluării finale)		

Data completării:

.....

Titular de curs,

Conf. univ. dr. Cojanu Florin

.....

Titular de seminar,

Conf. univ. dr. Cojanu Florin

.....

Data aprobării în  
Consiliul departamentului,

.....

Director de departament,  
(prestator)

Prof. univ. dr.  
Cretu Marian

.....

Director de departament,  
(beneficiar),

Prof. univ. dr.  
Cretu Marian

.....

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**DIRIJAREA METODOLOGICĂ A CAPACITĂȚII MOTRICE PE RAMURĂ DE SPORT – BASCHET**  
**Anul universitar 2017-2018**

**1. Date despre program**

<b>1.1. Instituția de învățământ superior</b>	UNIVERSITATEA DIN PITESTI
<b>1.2. Facultatea</b>	ȘTIINȚE, EDUCATIE FIZICA SI INFORMATICA
<b>1.3. Departamentul</b>	EDUCATIE FIZICA SI SPORT
<b>1.4. Domeniul de studii</b>	ȘTIINȚA SPORTULUI SI EDUCATIEI FIZICE
<b>1.5. Ciclul de studii</b>	LICENȚĂ
<b>1.6. Programul de studii/Calificarea</b>	<b>Sport și Performanță Motrică</b> / Profesor antrenor în învățământul cu program sportiv integrat primar și gimnazial/antrenor la cluburi sportive, asociații sportive

**2. Date despre disciplină**

**3. Date despre disciplină**

3. Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					DIRIJAREA METODOLOGICĂ A CAPACITĂȚII MOTRICE PE RAMURĂ DE SPORT – BASCHET					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf.univ.dr. Cojanu Florin					
2.3	Titularul activităților de laborator					Conf.univ.dr. Cojanu Florin					
2.4	Anul de studii	III	2.5	Semestrul	II	2.6	Tipul de evaluare	Examen	2.7	Regimul disciplinei	F/O

**3. Timpul total estimat**

<b>3.1. Număr de ore pe săptămână: 3</b>	<b>3.2. din care: curs: 1</b>	<b>3.3. seminar/laborator: 2</b>	
<b>3.4. Total ore din planul de învățământ 42</b>	<b>3.5. din care: curs: 14</b>	<b>3.6. seminar/laborator: 28</b>	
<b>Distribuția fondului de timp</b>			
<b>Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe</b>			27
<b>Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren</b>			19
<b>Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri</b>			9
<b>Tutoriat</b>			
<b>Examinări</b>			3
<b>Alte activități.....</b>			
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>	58		
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>	100		
<b>3.9. Număr credite</b>	4		

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

<b>4.1. de curriculum</b>	
<b>4.2. de competențe</b>	Cunoașterea terminologiei specifice domeniului sportiv

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

<b>5.1. de desfășurare a cursului</b>	Sală dotată cu videoproiector și ecran
<b>5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului</b>	Sala de sport cu teren regulamentar de baschet / mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare.

**6. Competențe specifice acumulate (vizate prin programul de studiu)\***

<b>6.1. Competențe profesionale</b>	C2 - Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar
<b>6.2. Competențe transversale</b>	CT3 Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală

**\* Notă: 7.Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)**

<b>7.1. Obiectivul general al disciplinei</b>	Disciplina are ca obiectiv general însușirea de către studenți a sistemului de cunoștințe privind metodologia dirijării capacității motrice generale și specifice a jocului de baschet, identificarea și utilizarea unor mijloace de acționare menite să ducă la creșterea capacității de performanță, evaluarea capacității de performanță la copii, juniori și seniori.
<b>7.2. Obiectivele specifice</b>	1. Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea adecvată a diferitelor concepte teoretice de bază, a principalelor teorii și orientări specifice disciplinei: identificarea de termeni, relații, procese; perceperea unor relații și conexiuni; 2. Achiziționarea sistemului de cunoștințe teoretice, metodologice și practice cu privire la dirijarea metodologică a capacității motrice în jocul de baschet.

**8. Conținuturi**

<b>8.1. Curs</b>		<b>Metode de predare</b>	<b>Observații Resurse folosite</b>
1	<b>1. Capacitatea motrică în baschet – 2 ore</b> 1.1. Aspecte teoretice privind capacitatea motrică 1.2. Potențialul motric necesar unui jucător de baschet	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector
2	<b>2. Dirijarea metodologică a capacității motrice generale în jocul de baschet – 2 ore</b> 2.1. Dirijarea metodologică a calităților motrice de bază 2.2. Dirijarea metodologică a deprinderilor motrice – de bază – respectiv deprinderile de a alerga, a sări, a prinde, a apuca, a arunca ș.a.	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
3	<b>3. Dirijarea metodologică a capacității motrice specifice în jocul de baschet – 2 ore</b> 3.1. Dirijarea metodologică a calităților motrice specifice 3.2. Dirijarea metodologică a deprinderilor și priceperilor motrice specifice	Prelegerea, explicația	Calculator, Videoproiector
4	<b>4. Dirijarea metodologică a capacității motrice în raport de posturile de joc – 2 ore</b>	Prelegerea, demonstrația, explicația	Calculator, Videoproiector
5	<b>5. Condiția fizică în baschet – 2 ore</b> 5.1. Modelul capacității fizice 5.2. Teste de măsurare și apreciere utilizate pentru evaluarea condiției fizice 5.3. Principiile care stau la baza elaborării programelor de pregătire fizică	Prelegerea, dialogul, conversația	Calculator, Videoproiector



6	6. Pregătirea musculară a jucătorilor pe posturi în baschetul de performanță – 2 ore	Prelegerea, dialogul,conversația	Calculator, Videoproiector
7	7. Evaluarea capacității motrice a baschetbalistilor – 2 ore	Prelegerea, dialogul,conversația	Calculator, Videoproiector
<b>Bibliografie</b> 1. Bompă T. (2003) - Performanțe în jocurile sportive, Ed. Ex Ponto, SNA, București, 2. Bril M S (1983) – Selecția în jocurile sportive, Ed. Fizicultură I Sportz, București, traducere 3. Cojanu F., (2014) Prescripții metodologice ale proiectării jocului de baschet în școala, Ed. Universitaria Craiova 4. Cojanu F., (2014) Evaluarea in jocul de baschet, Ed. Tiparg, Pitesti 5. Colibaba E D (1983) – Concepția de joc și pregătire la juniori I, Ed. FRB, București, 6. Fleancu J.L. (2007) – Baschet, Teorie si metodica, Ed. Universitaria Craiova 7. Fleancu J.L. (2007) – Baschet, Orientari si concepte in pregatirea jucatorilor de baschet, Ed. Universitaria Craiova 8. Predescu T, Ghițescu I (2000) – Pregătirea echipelor de performanță, Ed. Semne, București, 9. Svart V B, Hruscev S V (1986) - Aspectele medico biologice ale organizării și selecției,traducere CNEFS, București,			
<b>8.2. Laborator</b>		<b>Metode de predare</b>	<b>Observații Resurse folosite</b>
1	Metodologia dezvoltării vitezei (generale și specifice) în jocul de baschet la eșaloanele de copii și juniori. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	Sala de sport cu teren regulamentar de baschet / mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare.
2	Metodologia dezvoltării îndemânării (generale și specifice) în jocul de baschet la eșaloanele de copii și juniori. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
3	Metodologia dezvoltării rezistenței (generale și specifice) în jocul de baschet la eșaloanele de copii și juniori. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
4	Metodologia dezvoltării forței (generale și specifice) în jocul de baschet la eșaloanele de copii și juniori. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
5	Metodologia dezvoltării deprinderilor și priceperilor motrice de bază și utilitar aplicative. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
6	Metodologia dezvoltării deprinderilor și priceperilor motrice specifice. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
7	Verificare practică Conducerea unei lecții de antrenament cu o temă prestabilită care să vizeze dezvoltarea capacității motrice generale sau specifice. – 4 ore	demonstrația, explicația, exersarea	
<b>Bibliografie</b> 1. Cojanu F., (2014) Prescripții metodologice ale proiectării jocului de baschet in școala, Ed. Universitaria Craiova 2. Cojanu F., (2014) Evaluarea in jocul de baschet, Ed. Tiparg, Pitesti 3. Colibaba E D (1983) – Concepția de joc și pregătire la juniori I, Ed. FRB, București, 4. Fleancu J.L. (2007) – Baschet, Teorie si metodica, Ed. Universitaria Craiova 5. Fleancu J.L. (2007) – Baschet, Orientari si concepte in pregatirea jucatorilor de baschet, Ed. Universitaria Craiova 6. Predescu T, Ghițescu I (2000) – Pregătirea echipelor de performanță, Ed. Semne, București, 7. Svart V B, Hruscev S V (1986) - Aspectele medico biologice ale organizării și selecției,traducere CNEFS, București,			

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

Corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor însușite la nivelul disciplinei Dirijarea metodologică a capacității motrice pe ramură de sport – Baschet – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice și ale Federației Române de Baschet.

Competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Asociații Sportive, Cluburi Sportive Școlare – cu program sportiv integrat din învățământul gimnazial).

**12. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Răspunsurile la examen -evaluarea finală	Examen scris cu subiecte alese din materia de predată la curs	40%
10.5 Seminar/ Laborator	Evaluările finale la laborator Testarea continuă pe parcursul semestrului Activitățile gen teme / referate / eseuri / traduceri / proiecte etc. Prezență	Prelegerea  Proiect de casă din tematica de laborator	30%  20%  10%
10.6 Standard minim de performanță	Îndeplinirea activităților de seminar, Promovarea evaluării finale (obținerea unui punctaj care să depășească jumătate din punctajul alocat evaluării finale)		

Data completării:

.....

Titular de curs,

Conf. univ. dr. Cojanu Florin

.....

Titular de laborator,

Conf. univ. dr. Cojanu Florin

.....

Data aprobării în  
Consiliul departamentului,

.....

Director de departament,  
(prestator)

Prof. univ. dr.  
Cretu Marian

.....

Director de departament,  
(beneficiar),

Prof. univ. dr.  
Cretu Marian

.....