

FIȘA DISCIPLINEI
METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ
anul universitar 2022 – 2023

1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Educație Fizică și Sport
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. Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					Metodica predării handbalului în școală					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf.univ.dr. Popescu Daniela Corina					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					Conf.univ.dr. Popescu Daniela Corina					
2.4	Anul de studii	III	2.5	Semestrul	V	2.6	Tipul de evaluare	Examen	2.7	Regimul disciplinei	Obiga torii

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								44 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								10
Tutorat								
Examinări								2
Alte activități								2
3.7	Total ore studiu individual		44					
3.8	Total ore pe semestru		100					
3.9	Număr de credite		4					

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 dotări adecvate: acces la internet și echipamente multimedia.
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sala de sport cu teren regulamentar de handbal / mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare.

6. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	C2: Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. (1 PC) 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. (2 PC) C4: Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă. (1 PC)
Competențe transversale	

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Achiziționarea sistemului de cunoștințe teoretice, metodologice și practice necesare profesorului pentru predarea handbalului în școală cât și pentru selecționarea și instruirea echipelor reprezentative școlare.
7.2 Obiectivele specifice	a.) Obiective cognitive <input type="checkbox"/> 1. Cunoașterea, înțelegerea și operarea cu conceptele fundamentale ale activităților sportive în general și ale handbalului în special; <input type="checkbox"/> 2. Dobândirea abilităților practice și metodologice care asigură eficientizarea activităților de predare – învățare – perfecționare – evaluare, desfășurate la nivelul claselor de elevi, reprezentativele școlare.

	<p>□ 3. Cunoașterea și utilizarea liniilor metodice ale predării principalelor elemente tehnice și acțiuni tactice din atac și apărare prevăzute în programa școlară.</p> <p>□ 4. Cunoașterea și însușirea modelului de joc prevăzut pentru lecțiile desfășurate în școală.</p> <p>□ 5. Însușirea cunoștințelor de bază din regulamentul de handbal și aplicarea acestuia în activitățile competiționale.</p> <p>□ 6. Asimilarea și aplicarea în practică a strategiilor de selecție, de instruire, de organizare și conducere a echipelor în competițiile sportive școlare.</p> <p>b.) Obiective procedurale</p> <p>□ 1. Identificarea unor situații concrete de aplicare a noțiunilor specifice disciplinei handbal.</p> <p>□ 2. Utilizarea unor metode de evaluare și autoevaluare a propriei capacități de predare a elementelor tehnice specifice jocului de handbal.</p> <p>c.) Obiective atitudinale</p> <p>□ 1. Respectarea normelor de deontologie profesională (a codului deontologic al profesorului), fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice specialistului în domeniul știința sportului și educației fizice.</p> <p>□ 2. Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare.</p>
--	--

8. Conținuturi

8.1. Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	2		
2	2		
3	2		
4	2		

5	5. Tehnica și metodica predării elementelor și procedeele tehnice specifice portarului 5.1. Poziția fundamentală 5.2. Deplasarea în poartă 5.3. Prinderea mingii 5.4. Respingerea mingii 5.5. Plonjonul 5.6. Mișcările înșelătoare 5.7. Degajarea mingii	2		
6, 7, 8, 9	6, 7, 8, 9. Tactica jocului de handbal în școală CURSUL 6 6.1. Definiții ale tacticii 6.2. Elementele în subordine specifice tacticii jocului de handbal 6.3. Caracteristicile tacticii 6.4. Conținutul tacticii jocului de handbal în școală <u>6.4.1. Tactica individuală în atac</u> 6.4.1.1. Demarcajul 6.4.1.2. Depășirea individuală 6.4.1.2. Pașii pivotului <u>6.4.2. Tactica colectivă în atac</u> 6.4.2.1. Pase între doi, trei sau mai mulți jucători 6.4.2.2. Pasarea mingii în pătrundere succesivă 6.4.2.3. Pasele de angajare a jucătorilor de semicerc 6.4.2.4. Acțiuni tactice de atac în momente fixe CURSUL 7 <u>7.4.3. Tactica individuală în apărare</u> 7.4.3.1. Atacarea adversarului cu mingea 7.4.3.2. Retragerea pe semicerc 7.4.3.3. Mișcarea de translație a apărătorului 7.4.3.4. Închiderea pătrunderii 7.4.3.5. Marcajul adversarului <u>7.4.4. Tactica colectivă în apărare</u> 7.4.4.1. Repartizarea adversarilor 7.4.4.2. Preluarea și predarea adversarilor 7.4.4.3. Așezarea apărătorilor în momente fixe ale jocului CURSUL 8 <u>8.4.5. Forme și sisteme de joc în atac</u> 8.4.5.1. Sistemul de atac în potcoavă 8.4.5.2. Sistemul de atac cu un pivot <u>8.4.6. Forme și sisteme de joc în apărare</u> 8.4.6.1. Apărarea pe zonă 8.4.6.1.1. Sistemul de apărare pe zonă 6:0 8.4.6.1.2. Sistemul de apărare pe zonă 5+1 CURSUL 9 <u>9.4.7. Tactica portarului</u> 9.4.7.1. Plasamentul 9.4.7.2. Apărarea mingilor aruncate de la distanță 9.4.7.3. Apărarea mingilor aruncate din apropierea semicercului 9.4.7.4. Apărarea aruncărilor de la 7 metri	8	- Prelegerea participativă, dezbateră, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea - Conversația euristică. - Metode intuitive de video proiecție – expunere PPT	Predare față în față Laptop Videoproector
10	10. Modelul de joc pentru lecțiile de clasă din ciclul gimnazial 10.1. Descrierea modelului de joc 10.2. Fazele jocului în atac 10.2.1. Faza I a atacului – trecerea rapidă din apărare în atac 10.2.2. Conținutul tehnico-tactic al fazei I a atacului 10.2.3. Faza a II-a a atacului – atacul organizat 10.2.4. Conținutul tehnico-tactic al fazei a II-a a atacului 10.3. Fazele jocului în apărare 10.3.1. Faza I a apărării – replierea la semicercul propriu 10.3.2. Conținutul tehnico-tactic al fazei I a apărării 10.3.3. Faza a II-a a apărării – apărarea organizată 10.3.4. Conținutul tehnico-tactic al fazei a II-a a apărării	2		
11	11. Jocuri de mișcare (sau dinamice) și pregătitoare utilizate în inițierea jocului de handbal 11.1. Noțiuni cu caracter general privind jocul și importanța lui 11.2. Jocuri dinamice pentru mișcarea sau deplasarea în teren 11.3. Jocuri dinamice pentru obișnuirea cu mingea 11.4. Jocuri dinamice pentru ținerea, prinderea și pasarea mingii 11.5. Jocuri dinamice pentru dribling 11.6. Jocuri dinamice pentru aruncarea mingii	2		

12	12. Etapizarea procesului de predare a handbalului în învățământul gimnazial 12.1. Orientarea metodică privind predarea jocului de handbal în școală 12.2. Etapele procesului de predare a handbalului în învățământul gimnazial 12.3. Conținutul și metodică predării handbalului în cadrul etapelor de instruire <i>12.3.1. Conținutul și metodică predării handbalului în cadrul etapei I de instruire – clasa a V-a, semestrul I</i> <i>12.3.2. Conținutul și metodică predării handbalului în cadrul etapei a II-a de instruire – clasa a V-a, semestrul II</i> <i>12.3.3. Conținutul și metodică predării handbalului în cadrul etapei a III-a de instruire – clasa a VI-a</i> <i>12.3.4. Conținutul și metodică predării handbalului în cadrul etapei a IV-a de instruire – clasa a VII-a și a VIII-a</i>	2	<ul style="list-style-type: none">- Prelegerea participativă, dezbateră, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea- Conversația euristică.- Metode intuitive de video proiecție- expunere PPT	Predare față în față Laptop Videoproiector
13	13. Formarea echipelor reprezentative școlare de handbal pentru învățământul gimnazial 13.1. Rolul și obiectivele generale ale echipei reprezentative de handbal a școlii – învățământ gimnazial 13.2. Statutul, cadrul organizatoric și locul echipei reprezentative de handbal în activitățile extrașcolare 13.3. Modelul de joc aplicat la nivelul echipei reprezentative de handbal a școlii gimnaziale 13.4. Criteriile, cerințele și demersurile necesare selecționării elevilor pentru formarea echipei reprezentative de handbal a școlii	2		
14	14. Conținutul programei școlare și aplicarea sistemului de evaluare la disciplina handbal 14.1. Evaluarea în educația fizică școlară 14.2. Programa școlară pentru educație fizică clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a 14.3. Programa școlară pentru educație fizică clasa a III-a și a IV-a 14.4. Programa școlară pentru disciplina educație fizică clasele V – VIII 14.4.1. Programa școlară – handbal clasa a V-a competențe specifice și conținuturi <i>14.4.1.1. Aplicarea sistemului de evaluare la disciplina handbal – clasa a V-a</i> 14.4.2. Programa școlară – handbal clasa a VI-a competențe specifice și conținuturi <i>14.4.2.1. Aplicarea sistemului de evaluare la disciplina handbal – clasa a VI-a</i> 14.4.3. Programa școlară – handbal clasa a VII-a competențe specifice și conținuturi <i>14.4.3.1. Aplicarea sistemului de evaluare la disciplina handbal – clasa a VII-a</i> 14.4.4. Programa școlară – handbal clasa a VIII-a competențe specifice și conținuturi <i>14.4.4.1. Aplicarea sistemului de evaluare la disciplina handbal – clasa a VIII-a</i>	2		
Bibliografie: 1. Acsinte Al., 2003, Minihandbal. Aspecte de inițiere în jocul de handbal, Edit. Valinex, Chișinău. 2. Csüdör G., 1983, Handbal pentru clasele I-IV, Edit. Sport-Turism, București. 3. Csüdör G., 1986, Instruirea echipelor școlare, Edit. Sport-Turism, București. 4. Ghermănescu I.K., Gogăltan V., Jianu E., Negulescu I., 1983, Teoria și metodică handbalului, Edit. Didactică și Pedagogică, București. 5. Mihăilă I., Preda Corina, 2002, Handbal. Tehnica și metodică jocului, Edit. The Flower Power, Pitești. 6. Mihăilă I., 2013, Handbal. Teoria jocului, Edit. Universității din Pitești, Pitești. 7. Popescu, D. C., 2016, Handbalul în școală. Curs teoretic, Edit. Universității din Pitești. 8. Popescu, D. C., 2016, Probe și teste pentru evaluarea jucătorilor de handbal. Caiet de lucrări practice – Metodică antrenamentului pe ramuri de sport – handbal, Edit. Universității din Pitești. 9. Popescu, D. C., 2022, Metodică predării handbalului în școală. Suport de curs, Edit. Universității din Pitești. 10. Popescu, D. C., 2022, Handbal. Etapele de predare a handbalului în școală, Edit. Universității din Pitești. 11. Postolache N., 2006, Handbal în școală, Edit. Uranus, București. 12. Răzescu C., 2010, Handbal. Teoria jocului, Edit. Ovidius University Press, Constanța. 13. Scarlat E., Scarlat M.B., 2003, Educație Fizică și Sport. Manual pentru învățământul gimnazial, Edit. Didactică și Pedagogică, București. 14. Sotiriu, R., 2000, Handbal. Inițiere. Performanță, București. 15. Stănescu, M., Ciolcă, E. C., Urzeală, C. N., 2004, Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Edit. Cartea Universitară, București.				

8.2. Aplicații: Lucrări practice		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Obișnuirea cu mingea de handbal (formarea „simțului mingii”)	2	Explicația Demonstrația Conversația Repetarea	În cadrul primei lecții se stabilesc obligațiile studenților și se precizează criteriile ce vor fi utilizate în evaluarea rezultatelor învățării. Predare față în față Mingi de handbal Materiale auxiliare
2	Inițierea în elementele tehnico-tactice fundamentale ale jocului de handbal (prinderea și pasarea mingii, aruncarea mingii, driblingul și unele procedee de mișcare în teren)	2		
3	Inițierea în jocul bilateral Formarea deprinderilor de așezare în teren în atac și în apărare	2		
4	Învățarea elementelor tehnico-tactice fundamentale ale jocului de handbal (jocuri dinamice cu grad mare de complexitate, ștafete și exerciții sub formă de concurs și exerciții elaborate după structurile prevăzute în programa școlară)	2		
5	Consolidarea deprinderilor motrice implicate în execuția elementelor tehnico-tactice fundamentale ale jocului de handbal în ciclul gimnazial	2		
6	Învățarea jocului bilateral	2		
7	Învățarea, consolidarea și perfecționarea elementelor tehnico-tactice de bază, în forma de manifestare specifică fazelor de joc ale modelului prevăzut pentru școală Conținutul tehnico-tactic al fazei I-a a atacului la modelul de joc prevăzut pentru lecțiile de clasă	2	Explicația, demonstrația, exercițiul, lucrul în grup, discuția, dezbaterile, dialogul, conversația euristică, chinograme	Predare față în față Mingi de handbal Materiale auxiliare
8	Învățarea, consolidarea și perfecționarea elementelor tehnico-tactice de bază, în forma de manifestare specifică fazelor de joc ale modelului prevăzut pentru școală Conținutul tehnico-tactic al fazei a II-a a atacului la modelul de joc prevăzut pentru lecțiile de clasă	2		
9	Învățarea, consolidarea și perfecționarea elementelor tehnico-tactice de bază, în forma de manifestare specifică fazelor de joc ale modelului prevăzut pentru școală Conținutul tehnico-tactic al fazei I-a a apărării la modelul de joc prevăzut pentru lecțiile de clasă	2		
10	Învățarea, consolidarea și perfecționarea elementelor tehnico-tactice de bază, în forma de manifestare specifică fazelor de joc ale modelului prevăzut pentru școală Conținutul tehnico-tactic al fazei a II-a a apărării la modelul de joc prevăzut pentru lecțiile de clasă	2		
11	Perfecționarea jocului bilateral	2		
12	Instruirea modelului de joc pentru echipa reprezentativă a școlii	2		
13	Verificare practică Conducerea unei lecții de educație fizică cu tematici din handbal Demonstrarea execuției aruncării la poartă din sprijin pe sol precedată de pas adăugat	2		
14	Verificare practică Conducerea unei lecții de educație fizică cu tematici din handbal Demonstrarea execuției aruncării la poartă din sprijin pe sol precedată de pas încrucișat	2		
Bibliografie: 1. Baștiurea, E., 2014, Handbal. Aspecte teoretice privind capacitatea motrică specifică posturilor de joc, Edit. Zigotto, Galați. 2. Bota I., Bota Maria, 1990, 500 de exerciții pentru învățarea jocului de handbal, Edit. Sport-Turism, București. 3. Cazan, F., 2018, Metodica jocurilor sportive – Handbal, Edit. Universitaria, Craiova. 4. Cercel P., 1980, Handbal. Exerciții pentru fazele de joc, Edit. Sport-Turism, București. 5. Ghermănescu, I.K., Gogăltan, V., Jianu, E., Negulescu, I., 1983, Teoria și metodică handbalului, Edit. Didactică și Pedagogică, București. 6. Ghervan, P., 2014, Handbal – pregătirea sportivă în stadiul de inițiere (9-10 ani), Edit. Didactică și Pedagogică, București. 7. Ghervan, P., 2014, Handbal – repere conceptuale, Edit. Didactică și Pedagogică, București. 8. Mihăilă, I., 2012, Metodica jocurilor – Handbal, Suport de curs, Pitești. 9. Mihăilă, I., 2013, Handbal. Teoria jocului, Edit. Universității din Pitești. 10. Mihăilă, I., 2022, Fundamentele științifice ale jocurilor sportive – handbal, Suport de curs. Uz intern, Edit. Universității din Pitești. 11. Mihăilă I., Preda Corina, 2002, Handbal. Tehnica și metodică jocului, Edit. The Flower Power, Pitești. 12. Mihăilă I., 2013, Handbal. Exerciții pentru joc, Edit. Universității din Pitești. 13. Mihăilă I., Popescu Daniela Corina, 2006, Handbal. Îndrumar practico-metodic, Edit. Universitaria Craiova, Craiova. 14. Popescu Daniela Corina, 2016, Probe și teste pentru evaluarea jucătorilor de handbal. Caiet de lucrări practice – Metodica antrenamentului pe ramuri de sport – handbal, Edit. Universității din Pitești. 15. Popescu, D.C., 2016, Handbalul în școală. Curs teoretic, Edit. Universității din Pitești. 16. Rizescu, C., 2013, Didactica handbalului, Edit. Ovidius University Press, Constanța. 17. https://frh.ro/pdf/regulamente2023/Regulament%20Liga%20Florilor%20MOL.%20sezon%202022-2023%20(11.08.2022).pdf				

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 științei sportului și educației fizice.
Competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului primar și gimnazial (Inspectoratul Școlar Județean, Școli Gimnaziale)
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 pe biletul de examen.	Examen oral	40 %
10.5 Seminar / Lucrări practice / Tema de casă	<ul style="list-style-type: none"> Activitate practică desfășurată fizic: <ul style="list-style-type: none"> Demonstrarea tehnicii de execuție a aruncării la poartă precedată de pas adăugat și pas încrucișat. Conducerea unei verigi din lecția de educație fizică cu tematică din handbal. 	Probe de control – Evaluare practică Analiza modului de utilizare adecvată a metodelor și mijloacelor în cadrul proiectării și conducerii verigii cu tematică din handbal; respectarea conținutului proiectului didactic elaborat.	20 %
	<ul style="list-style-type: none"> Referat ca temă de casă (pentru elaborarea căruia se vor folosi cel puțin 5 surse bibliografice). 	Analiza modului de realizare a referatului	20 %
	<ul style="list-style-type: none"> Participare la activitățile practice. 	Notare curentă Evaluarea participării conștiente și active din cadrul lucrărilor practice	20 %
10.6 Standard minim de performanță	<ul style="list-style-type: none"> Îndeplinirea activităților practice este absolut obligatorie (cunoașterea practică a procedeele tehnice de aruncare la poartă: precedată de pas adăugat și încrucișat și conducerea unei lecții cu tematici din handbal). Comunicarea unor informații utilizând corect limbajul științific de specialitate. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții a elementelor și procedeele tehnice prevăzute în programa școlară în învățământul primar și gimnazial. Cunoașterea regulamentului de joc. 		

Data completării
30.09.2022

Titular de curs,
Conf.univ.dr. Popescu Daniela Corina

Titular de laborator,
Conf.univ.dr. Popescu Daniela Corina

Data aprobării în Consiliul departamentului,
30.09.2022

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

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

.....

.....