

## FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2021-2022

Anul de studiu II / Semestrul II

## 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Educație Fizică și Sportivă - profesor în învățământul gimnazial cod COR 233002 - profesor în învățământul liceal, postliceal cod COR 233001

## 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - fotbal			2.2. Cod disciplină	EFS II 11	
2.3. Titularul activității de curs	Lect.univ.dr. Ursu Vasile Emil					
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Lect.univ.dr. Ursu Vasile Emil					
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	II	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)

## 3. Timpul total estimat

3.1. Numar 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					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități .....					-

3.7 Total ore studiu individual	44
3.9 Total ore pe semestru	100
3.10 Numărul de credite**	4

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul.
4.2. de competențe	Nu este cazul.

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală dotată cu videoproiector/tablă.
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sală dotată cu videoproiector/tablă.

## ● 6 Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	Competențe explicite prin descriptorii de nivel
C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).	C2.1 Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive specifice programului de studii.
	C2.1 Argumentarea, interpretarea, cooperarea cu concepte privind omul – sistem bio-psiho-social hipercomplex și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv - educativ specific activităților de educație fizică și sportivă.
	C2.3 Identificarea modelelor și implementarea lor în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor și conducerii activităților de educație fizică și sportive.

<b>C3</b> 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.	<p>C2.4 Conceperea, selectarea și aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerințele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităților practicanților activităților de educație fizică și sportive.</p> <p>C2.5 Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv.</p>
	<p>C3.1 Identificarea elementelor ambientale specifice aplicării tehnicilor și a metodelor de diagnosticare stadială (primară) a nivelului creșterii, dezvoltării și a calității motricității activităților de educație fizică și sport.</p> <p>C3.2 Selectarea și introducerea conținuturilor specifice pe cicluri de învățământ/grad de pregătire/servicii sportive.</p> <p>C3.3 Folosirea feed-back-ului pentru optimizarea setului de mijloace aplicat pentru evaluarea diagnostică stadială.</p> <p>C3.4 Aplicarea tehnicilor și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor și activităților de educație fizică și sportive.</p> <p>C3.5 Elaborarea unui proiect de optimizare a desfășurării activităților de educație fizică și sportive</p>
Competențe transversale	Nu este cazul

• **7 Obiectivele disciplinei** (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice jocului de fotbal precum și a principalelor noțiuni de regulament.
7.2 Obiectivele specifice	<p>Cunoașterea și însușirea procedeelor tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară.</li> <li>• Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică și sport, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber.</li> <li>• Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în lecția de educație fizică și activități de timp liber.</li> </ul>

• **8 Conținuturi**

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Apariția evoluția și caracteristicile jocului de fotbal, tendințe de dezvoltare	Prelegerea	<b>4 ore</b>
Noțiuni definitorii și fazele generale ale teoriei jocului de fotbal	Prelegerea	<b>4 ore</b>
Sisteme competiționale și noțiuni de regulament al jocului de fotbal	Prelegerea	<b>4 ore</b>

Fotbalul – mijloc al educației fizice școlare	Prelegerea și dezbateră	<b>4 ore</b>
Metodica învățării tehnicii jocului de fotbal	Prelegerea și dezbateră	<b>4 ore</b>
Metodica învățării tacticii și tehnicii de fotbal	Prelegerea	<b>4 ore</b>
Fotbal - Organizarea și regulamentul de desfășurare al unei competiții școlare	Prelegerea	<b>4 ore</b>
<b>8.2 Bibliografie</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Belizna C., Fotbal curs, Editura Universității 1 Decembrie 1918, Alba Iulia, 2014</li> <li>• Brîndescu Sorin, „Fotbalul școlar”, Tipografia Universității de Vest Timișoara, 1999</li> <li>• Bompa, T., „Performanța în jocurile sportive”, Editura Ex Ponto, București, 2003</li> <li>• Colibaba Evuleț, Bota Ioan, Jocuri Sportive – Teorie și Metodică, Editura Aldin, 1998 – Tradus și editat și în Portugalia</li> <li>• Gheorghe Neța, Bazele Jocului de Fotbal, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2005</li> <li>• Irimie Gheorghe, Pregătirea fizică în fotbal pentru copii, juniori, seniore și seniori, Editura Corvini, Deva 1997</li> <li>• Ionescu V. Ion, „Fotbal, concepție de joc” Editura Sport – Turism, București, 1983</li> <li>• Ursu Vasile Emil, „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca</li> </ul>		
<b>Seminar-laborator</b>		
Fotbal - Regulamentul jocului de fotbal	Explicație, demonstrație	4 ore
Fotbal – Pasarea și preluarea mingii, driblingul în jocul de fotbal	Explicație, demonstrație, exersarea,	4 ore
Fotbal - Driblingul	Explicație, demonstrație, exersarea	4 ore
Metodica învățării tehnicii jocului de fotbal	Explicație, demonstrație, exersarea	4 ore
Metodica învățării tacticii jocului de fotbal	Explicație, demonstrație, problematizarea	4 ore
Metodica învățării sistemelor de joc în fotbal	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	4 ore
Joc cu efectiv redus în fotbal	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	4 ore
<b>Bibliografie</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Belizna C., Fotbal curs, Editura Universității 1 Decembrie 1918, Alba Iulia, 2014</li> <li>• Brîndescu Sorin, „Fotbalul școlar”, Tipografia Universității de Vest Timișoara, 1999</li> <li>• Bompa, T., „Performanța în jocurile sportive”, Editura Ex Ponto, București, 2003</li> <li>• Colibaba Evuleț, Bota Ioan, Jocuri Sportive – Teorie și Metodică, Editura Aldin, 1998 – Tradus și editat și în Portugalia</li> <li>• Gheorghe Neța, Bazele Jocului de Fotbal, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2005</li> <li>• Irimie Gheorghe, Pregătirea fizică în fotbal pentru copii, juniori, seniore și seniori, Editura Corvini, Deva 1997</li> <li>• Ionescu V. Ion, „Fotbal, concepție de joc” Editura Sport – Turism, București, 1983</li> <li>• Ursu Vasile Emil, „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca</li> </ul>		

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

Conținuturile disciplinei sunt adaptate necesităților și importanței comunicării la nivelul școlilor. Cursul contribuie la formarea deprinderilor viitorilor specialiști în domeniul educației fizice și sportului. Conținutul disciplinei este actualizat și pe baza recomandărilor venite din partea reprezentanților inspectoratului școlar, a partenerilor implicați în practica de specialitate a studenților, discuțiilor și analizelor realizate la nivelul departamentului, respectiv facultății, precum și alte recomandări primite din partea specialiștilor/expertiștilor interesați de dezvoltarea conținutului planurilor de învățământ și a conținutului disciplinelor.

**10.Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- scrisă (S): lucrare scrisă; chestionar; grilă; test	Examen (E)	50%
10.5 Seminar/laborator	- practică (P): aplicații; referat; portofoliu, proiect	- verificare practica (Vp)	50%

**10.6 Standard minim de performanță:**

Promovarea examenului presupune obținerea la examenul final a notei minime 5 (cinci), la care se vor adăuga punctele corespunzătoare celorlalte activități punctate anterior.

1. prezența la seminar în proporție de minim 50%

2. prezența la curs nu este obligatorie

Studentii absenți la seminarii au posibilitatea recuperării seminariilor prin susținerea unui proiect (pe tematica cursului și a seminarului) înainte de examen. Tematica proiectului va fi dată de către profesor.

Data completării  
1 Octombrie 2021

Semnătura titularului de curs  
Lect.univ.dr. Ursu Vasile Emil

Semnătura titularului de seminar  
Lect.univ.dr. Ursu Vasile Emil



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

Lect.univ.dr. Șimon Sorin

