

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024-2025

Anul de studiu III / Semestrul VI

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

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Metodica predării fotbalului în școală	2.2. Cod disciplină	EFS III 09
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	III63	2.6. Semestrul	VI
		2.7. Tipul de evaluare (E/C/NP)	E
		2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O O

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					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					10
Examinări					2
Alte activități					-

3.7 Total ore studiu individual	69
3.9 Total ore pe semestru	125
3.10 Numărul de credite**	5

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	C1 Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).
Competențe transversale	Nu este cazul

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea de cunoștințe asupra caracteristicilor, tendințelor și valențelor formative ale jocului de fotbal.
---------------------------------------	---

	Cunoștințe specifice asupra aspectelor teoretice de bază ale jocului de fotbal.
7.2 Obiectivele specifice	<p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <p>Describe procedeele și elementele tehnice de bază ale jocului.</p> <p>Analizeze tactica de joc a unei echipe de fotbal.</p> <p>Cunoașterea curriculei specifice și încadrarea corespunzătoare a metodelor și mijloacelor specifice jocului de fotbal în documentele metodicodidactice.</p> <p>Capete abilități în predarea tehnicii, tacticii și a aspectelor teoretice specifice jocului de fotbal.</p> <p>Cunoașterea etapelor selecției, antrenării și conducerii în competiții a reprezentativei școlare de fotbal.</p>

• **8 Conținuturi**

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Fotbalul – mijloc al educației fizice școlare	Prelegerea	2 ore
Fotbalul în învățământul, primar	Prelegerea	2 ore
Fotbalul în învățământul gimnazial	Prelegerea	2 ore
Fotbalul în învățământul liceal	Prelegerea	2 ore
Organizarea și conținutul lecțiilor de antrenament pe terenuri reduse	Prelegerea	2 ore
Conținutul jocului de fotbal în apărare. Conținutul jocului de fotbal în atac. Tehnica jocului de fotbal. Elemente tehnice fără minge. Elemente tehnice executate cu mingea	Prelegerea și dezbateră	2 ore
Tactica jocului de fotbal. Tactica în atac. Tactica în apărare	Prelegerea și dezbateră	2 ore
Model de regulament pentru o competiție pe teren redus	Prelegerea	2 ore
Bazele instruirii copiilor și juniorilor pe grupe de vârstă	Prelegerea	2 ore

Fotbalul pe grupe de vârstă – grupa 10 – 12 ani	Prelegerea	2 ore
Fotbalul pe grupe de vârstă – grupa 12 – 14 ani	Prelegerea	2 ore
Fotbalul pe grupe de vârstă – grupa 14 – 16 ani	Prelegerea	2 ore
Fotbalul pe grupe de vârstă – grupa 16 – 18 ani	Prelegerea	2 ore
Regulamentul jocului de fotbal	Prelegerea	2 ore

8.2 Bibliografie

Belizna C., Fotbal curs, Editura Universității 1 Decembrie 1918, Alba Iulia, 2014

Bompa, T., „Performanța în jocurile sportive”, Editura Ex Ponto, București, 2003

Ciolca.S.M, Fotbal. Fundamente teoretice si metodice, A.N.E.F.S, 2008

Colibaba Evuleț, Bota Ioan, Jocuri Sportive – Teorie și Metodică, Editura Aldin, 1998 – Tradus și editat și în Portugalia

Gheorghe Neța, Bazele Jocului de Fotbal, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2005

Irimie Gheorghe, Pregătirea fizica in fotbal pentru copii, juniori, senioare si seniori, Editura Corvini, Deva 1997
 Ursu Vasile E., „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca

Vasile Emil Ursu, Ioan Andrei Sfetcu, Răzvan Gheorghe Rusu, Aspecte teoretice si practice privind procesele de cunoastere si autocunoastere ale antrenorilor si jucatorilor de fotbal. Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2022

Răzvan Gheorghe Rusu, Horațiu Octavian Rusu, Vasile Emil Ursu, Selecția primară în fotbal și rolul jocurilor cu efectiv redus în pregătirea copiilor de 12-14 ani. EDITURA RISOPRINT Cluj-Napoca 2022

Seminar-laborator		
Metode și mijloace pentru predarea tehnicii jocului de fotbal. Elemente tehnice de bază	Explicație, demonstrație	2 ore
Metode și mijloace pentru predarea tehnicii jocului de fotbal. Procedee tehnice de bază	Explicație, demonstrație, exersarea,	2 ore
Elemente de tehnică specifică pe posturi	Explicație, demonstrație,, exersarea	2 ore
Tactica de joc în atac	Explicație, demonstrație, exersarea	2 ore
Tactica de joc în apărare	Explicație, demonstrație, problematizarea	2 ore
Metode și mijloace tehnice de predare a fotbalului în ciclul primar	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	2 ore
Metode și mijloace tehnice de predare a fotbalului în ciclul gimnazial	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	2 ore
Metode și mijloace tehnice de predare a fotbalului în ciclul liceal	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	2 ore

Mijloace pentru dezvoltarea simțului mingii	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	2 ore
Exerciții sub formă de întrecere	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată,	2 ore
Exerciții pentru învățarea deprinderilor tactice de bază	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	2 ore
Exerciții pentru dezvoltarea forței	Explicație, demonstrație	2 ore
Selecția și pregătirea reprezentativei la nivel primar, gimnazial și liceal	Explicație, demonstrație	2 ore
Evaluare practică	Metode evaluative	2 ore

Bibliografie

Belzna C., Fotbal curs, Editura Universității 1 Decembrie 1918, Alba Iulia, 2014
Brîndescu Sorin, „Fotbalul școlar”, Tipografia Universității de Vest Timișoara, 1999
Bompa, T., „Performanța în jocurile sportive”, Editura Ex Ponto, București, 2003
Ciolca.S.M, Fotbal. Fundamente teoretice si metodice, A.N.E.F.S, 2008
Colibaba Evuleț, Bota Ioan, Jocuri Sportive – Teorie și Metodică, Editura Aldin, 1998 – Tradus și editat și în Portugalia
Gheorghe Neța, Bazele Jocului de Fotbal, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2005
Irimie Gheorghe, Pregătirea fizica in fotbal pentru copii, juniori, seniore si seniori, Editura Corvini, Deva 1997
Ursu Vasile E., „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca
Vasile Emil Ursu,Ioan Andrei Sfetcu,Răzvan Gheorghe Rusu, Aspecte teoretice si practice privind procesele de cunoastere si autocunoastere ale antrenorilor si jucatorilor de fotbal. Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2022
Răzvan Gheorghe Rusu, Horațiu Octavian Rusu, Vasile Emil Ursu, Selecția primară în fotbal și rolul jocurilor cu efectiv redus în pregătirea copiilor de 12-14 ani. EDITURA RISOPRINT Cluj-Napoca 2022

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/expertilor 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	- examen scris	- examen (E)	50%
10.5 Seminar/laborator	- practică (P): aplicații; referat; portofoliu, proiect	- verificare pe parcurs (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 lucrari practice în proporție de minim 50%

2. prezența la curs în proporție de minim 50%

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
3 Octombrie 2024

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

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

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

Lect.univ.dr.Tiuca Codruta