

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024-2025

Anul de studiu II / Semestrul IV

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 Sport

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	Conf.univ.dr. Ursu Vasile Emil		
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Conf.univ.dr. Ursu Vasile Emil		
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	IV
2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	F

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/tabla.
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sală dotată cu videoproiector/tabla.

6. Competențe specifice acumulate

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

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

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

● **8 Conținuturi**

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Apariția evoluția și caracteristicile jocului de fotbal, tendințe de dezvoltare	Prelegerea	2 ore
Noțiuni definitorii și fazele generale ale teoriei jocului de fotbal	Prelegerea	2 ore
Sisteme competiționale și noțiuni de regulament al jocului de fotbal	Prelegerea	2 ore
Fotbalul – mijloc al educației fizice școlare	Prelegerea și dezbateră	2 ore
Metodica învățării tehnicii jocului de fotbal	Prelegerea și dezbateră	2 ore
Metodica învățării tacticii și tehnicii de fotbal	Prelegerea	2 ore
Fotbal - Organizarea și regulamentul de desfășurare al unei competiții școlare	Prelegerea	2 ore
8.2 Bibliografie		
<ul style="list-style-type: none"> • Belizna 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 • 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 • Vasile Emil Ursu, Ioan Andrei Sfetcu, Răzvan Gheorghe Rusu, Aspecte teoretice și practice privind procesele de cunoaștere și autocunoaștere ale antrenorilor și jucătorilor 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 • Ursu Vasile Emil, „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca 		
Seminar-laborator		
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
Bibliografie		
<ul style="list-style-type: none"> • Belizna 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 • 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 în fotbal pentru copii, juniori, seniore și seniori, Editura Corvini, Deva 1997 • Ionescu V. Ion, „Fotbal, concepție de joc” Editura Sport – Turism, București, 1983 • Ursu Vasile Emil, „Metodologia pregătirii condiționale la nivelul fotbaliștilor juniori”, Editura Risoprint, anul 2006, Cluj Napoca 		

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	- 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 în proporție de minim 50%

Studenții 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