

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|---------------------------------------|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI |
| 1.2 Facultatea | FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |
| 1.3 Departamentul | JOCURI SPORTIVE |
| 1.4 Domeniul de studii | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |
| 1.5 Ciclul de studii | LICENȚĂ |
| 1.6 Programul de studiu / Calificarea | SPORT SI PERFORMANTA MOTRICA / Antrenor într-o ramură sportivă / Profesor de educație fizică |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | |
|---|---|---------------|---|------------------------|----|-------------------------|----|
| 2.1 Denumirea disciplinei | STAGIU DE PRACTICA ÎN CENTRE DE INITIERE ÎN SPORT – ÎNCEPĂTORI - FOTBAL | | | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf.univ.dr. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU | | | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar / LP | Conf.univ.dr. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU | | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu | III | 2.5 Semestrul | V | 2.6. Tipul de evaluare | VP | 2.7 Regimul disciplinei | DS |

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

| | | | | | |
|--|----|--------------------|---|----------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | Din care: 3.2 curs | - | 3.3 seminar/LP | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 30 | Din care: 3.5 curs | - | 3.6 seminar/LP | 30 |
| Distribuția fondului de timp: | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | 12 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 10 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 12 |
| Tutoriat | | | | | 6 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități: | | | | | 3 |
| 3.7 Total ore studiu individual | 45 | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | 30 | | | | |
| 3.9 Numărul de credite | 3 | | | | |

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

| | |
|-------------------|---|
| 4.1 de curriculum | <ul style="list-style-type: none"> Să parcurgă disciplina Fotbal – bazele generale |
| 4.2 de competențe | <ul style="list-style-type: none"> Capacitate de exprimare motrică și tehnică specifică fotbalului |

5. Condiții (acolo unde este cazul)

| | |
|--|--|
| 5.1 De desfășurare a cursului | <ul style="list-style-type: none"> Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție |
| 5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului | <ul style="list-style-type: none"> Teren fotbal cu iarbă naturală și artificială cu dimensiuni normale (11x11), mingi, maieuri, jaloane și alte materiale auxiliare |

6. Competențele specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | <ul style="list-style-type: none"> • C 1. Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (SPM) • C.4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramura de sport • C.5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport |
| Competențe transversale | - |

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

| | |
|---------------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții pentru instruirea copiilor și juniorilor. |
| 7.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Formarea cunoștințelor și priceperilor profesional-pedagogice necesare conducerii unei părți din lecția de antrenament, a întregii lecții și a unui ciclu de antrenamente. • Însușirea unor cunoștințe privind rezolvarea sarcinilor administrativ organizatorice ale antrenorilor. • Cunoașterea specificului activității în organele de conducere a secției, clubului și a FRF • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții pentru instruirea copiilor și juniorilor. • Cunoașterea modelelor ideale de performanță la nivelul juniorilor pe plan mondial. |

8. Conținuturi

| 8.2 Seminar / LP | Metode de predare | Observații |
|--|-------------------|---------------------|
| 1. Conducere parțială a antrenamentului. | | 10 ore |
| 2. Conducere integrală a antrenamentului | | 20 ore |
| | | Total 30 ore |

Bibliografie

1. **APOLZAN, D.**, (1999), *Fotbal 2010*, Editată sub egida FRF, București.
2. **CERNAIANU, C.**, (2000), *Manualul antrenorului profesionist*, Editura Rotech Pro, București.
3. **DRAGAN, D., L.**, (2003), *Fotbalul de performanță: structură, caracteristici*, Editura Universității din Oradea.
4. **DUMITRESCU, GH.**, (2004), *Fotbal-terminologie*, Editura Universității din Oradea.
5. **NEȚA, GH., POPOVICI, C., ORMENISAN, S.**, (2000), *Fotbal*, Editura JRC, Turda.
6. **NEȚA, GH.**, (2005), *Bazele jocului de fotbal*, Editura Risoprint, Cluj-Napoca.
7. **NEȚA, GH.**, (2008), *Strategia performanței în fotbal*, Editura Dacia, Cluj-Napoca.
8. **ORMENISAN, S.**, (2009), *Relația dintre anxietate și performanță la jucătorii de fotbal*, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca.
9. **RADULESCU, M., COJOCARU, V.**, (2003), *Ghidul antrenorului de fotbal-copii și juniori*, Editura Axis Mundi, București.

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Federația Română de Fotbal, Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee cu program Sportiv)

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
|-----------------|--|----------------------------|------------------------------|
| 10.5 Seminar/LP | Utilizarea adecvată a metodelor și mijloacelor în cadrul proiectării și conducerii lecțiilor de antrenament sportiv în fotbal la nivel de inițiere | Evaluare practico-metodică | 60% |
| | Întocmirea portofoliului personal | Verificare portofoliu | 40% |

10.6 Standard minim de performanță

Cunoașterea, înțelegerea, demonstrarea și folosirea în cadrul activității practice și a proiectării didactice a conținuturilor, principiilor și metodologiilor de instruire specifice fotbalului juvenil

SISTEM CERINȚE PARTEA METODICĂ:

- Întocmirea a 15 planuri de antrenament și conducerea parțială și totală a antrenamentului
- Întocmirea portofoliului pentru stagiul de practică în medii de inițiere sportivă – începători
- Asistența la 40 antrenamente la copii și juniori și înregistrarea acestora (60 ore)
- Asistența la 15 competiții (jocuri) și înregistrarea acestora (30 ore)
- PARTICIPAREA OBLIGATORIE la Campionatul Universitar de Fotbal, faza pe Facultate, Universitate și pe țară. Implicarea în organizarea acestor campionate pentru fazele locale. (25 ore)

NOTĂ: Numărul total al orelor pentru acest stagiul de practică este de 145, după cum urmează:

- 30 ore Lucrări Practice
- 60 ore de asistență la antrenamente și înregistrarea acestora
- 30 ore asistență la competiții și înregistrarea acestora
- 25 ore implicare în organizarea campionatelor studențești –fazele locale

Semnătura titularului de curs

Conf. univ.dr. ORMENIȘAN SEPTIMIU

Semnătura titularului de seminar

Conf. univ.dr. ORMENIȘAN SEPTIMIU

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. BACIU Marius Alin