

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	KINETOTERAPIE

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Bazele generale ale jocurilor sportive – fotbal						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. MONEA DAN						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Conf.univ.dr. MONEA DAN,						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF YLR3048

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/LP	28
Distribuția fondului de timp:					Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					32
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii					6
Tutoriat					2
Examinări					4
Alte activități:					2
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 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 de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Teren nr. 3 Parcul sportiv "Iuliu Hatieganu", mingi, maieuri, jaloane, porti mobile și ale materiale auxiliare

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C 1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. • C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, în jocul fotbal cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie). • C 3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, disciplina fotbal. • C 5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de fotbal în Kinetoterapie.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională • C 4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive în Kinetoterapie.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea profilului de "bun executant" al principalelor acțiuni tehnico-tactice individuale și colective. • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară. • Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică și sport, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. • Inițierea în pregătirea metodică necesară predării temelor de fotbal din lecțiile de educație fizică din învățământul preuniversitar.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Tehnica jocului de fotbal, generalități, caracteristici, sistematizarea tehnicii, metodică învățării;	Explicație, demonstrație	2 ore
2. Lovirea mingii cu piciorul;	Explicație, demonstrație	2 ore
3. Intrarea în posesie- ricosare, contralovitura și amortizare	Explicație, demonstrație	2 ore
4. Deposedarea adversarului de minge, condiții de realizare;	Explicație, demonstrație	2 ore
5. Conducerea și protejarea mingii, mișcările înșelătoare (fentele);	Explicație, demonstrație	2 ore
6. Învățarea și consolidarea lovirii mingii cu capul;	Explicație, demonstrație	2 ore
7. Tactica jocului de fotbal, generalități, caracteristici, sistematizare.	Explicație, demonstrație	2 ore

		Total 14 ore
8.2 Seminar / LP		
1. Cunoasterea colectivului, prezentarea cerintelor, sarcinilor si obligatiile studentilor la disciplina fotbal Joc bilateral pentru verificarea studentilor	LP	2 ore
2. Invatarea principalelor procedee tehnice de lovire a mingii si intrare in posesie din prima grupa	LP	2 ore
3. Invatarea conducerii, protejarii mingii si a miscarilor inselatoare (fentele)	LP	2 ore
4. Invatarea miscarilor inselatoare (fentele)	LP	2 ore
5. Aruncările la poartă cu pas adăugat, încrucișat și din săritură	LP	2 ore
6. Scoaterea mingii de la adversar. Blocarea aruncărilor. Atacarea adversarului aflat în posesia mingii.	LP	2 ore
7. Tehnica portarului	LP	2 ore
8. Aruncarea mingii de la margine	LP	2 ore
9. Faza I a atacului - Contraatacul	LP	2 ore
10. Faza a II-a a atacului – Contraatacul susținut	LP	2 ore
11. Atacul pozitional	LP	2 ore
12. Tehnica jocului portarului	LP	2 ore
13. Actiuni de joc in 2-3 jucători cu si fără finalizare	LP	2 ore
14. Variantele sistemului cu patru fundasi pentru atac si apărare	LP	2 ore
		Total 28 ore

Bibliografie

- 2 Apolzan, D., (1999), *Fotbal 2010*. Editată sub egida FRF, București.
- 3 Neța GH., Popovici, C., ORMENISAN, S., (2000), *Fotbal*. Turda: Ed JRC
- 4 Ormenisan S., (2009), *Relatia dintre anxietate si performanta la jucatorii de fotbal*, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
- 5 Popovici C., (2004), *Pregătirea fizică a fotbalistului*. Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
- 6 Popovici C., (2008), *Fotbal – Copii și juniori*. Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
- 7 Popovici, C., Monea D., (2004), *Fotbal – curs de bază*. Uz intern, Cluj-Napoca.
- 8 Popovici C., (2006), *Fotbal curs de bază – ediție revizuită*. Uz intern, Cluj-Napoca

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

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice fotbalului Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni de regulament	Evaluare scrisă	60%
10.5 Seminar/LP	Execuția corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba practică Punerea în practică în timpul jocului a elementelor și procedeele tehnice	Evaluare practică	40%
10.6 Standard minim de performanță			
Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară în învățământul preuniversitar			

Semnătura titularului de curs

Conf.univ.dr. MONEA DAN

Semnătura titularului de seminar

Conf.univ.dr. MONEA DAN

Semnătura directorului de departament

Conf.univ.dr. BACIU Alin