

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI CLUJ-NAPOCA
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTER
1.6 Programul de studiu / Calificarea	ANTRENAMENT ȘI PERFORMANȚĂ SPORTIVĂ Profesor de educație fizică/ Antrenor

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN CLUBURI ȘI ASOCIAȚII SPORTIVE SENIORI P1 - FOTBAL						
2.2 Titularul activităților de curs	CONF.UNIV.DR. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU						
2.3 Titularul activităților de seminar	CONF.UNIV.DR. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	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	4	Din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator	56
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					34
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					28
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.8 Total ore pe semestru	150				
3.9 Numărul de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none">Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none">Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none">Nu este cazul
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none">Studentii vor respecta termenele stabilite de cadrul didactic titular, vor întocmi un portofoliu cu 10 planuri de antrenament.

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C 1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) 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 (Educație fizică și sportivă) • C 3. 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 • C 4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă • C 5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport
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 • CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și aplicarea metodelor de antrenament specifice fotbalului la nivel de seniori, ținând cont de perioadele de pregătire și de ponderea factorilor antrenamentului în aceste perioade.
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 administrative organizatorice ale antrenorilor. • Cunoașterea specificului activității în organele de conducere a secției, clubului și a FRF • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor antrenamentului și a structurilor de exerciții pentru instruirea seniorilor. • Cunoașterea modelelor ideale de performanță la nivelul seniorilor pe plan mondial.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
Organizarea și conducerea lecțiilor practico-metodice specifice perfecționării procedeelor tehnico-tactice.	Explicație, demonstrație, repetare	16 ore
Asistență la antrenament la nivelul seniorilor avansați.	Explicație, demonstrație, repetare	10 ore
Asistență la jocuri oficiale în cadrul competițiilor naționale.	Explicație, demonstrație, repetare	10 ore
Conducerea integrală a antrenamentului la nivelul jucătorilor avansați.	Explicație, demonstrație, repetare	20 ore
	total	56 ore

Bibliografie

APOLZAN, D., (1999), *Fotbal 2010*, Editată sub egida FRF, București.

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

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			
10.5 Seminar/LP	Proba practică: demonstrarea procedeelelor tehnico-tactice în acțiuni de joc.	Evaluare practică	50%
	Proba practico-metodică: conducerea lecției de antrenament.	Evaluare practică	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Intocmirea planurilor de antrenament din portofoliu cu tematică primită de la clubul/antrenorul unde efectuează stagiul de practică.			
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

Semnătura titularului de seminar

Conf. univ.dr. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU

Conf. univ.dr. ORMENIȘAN VASILE SEPTIMIU

Semnătura directorului de departament

Conf. univ.dr. BACIU ALIN