

FIȘA DISCIPLINEI

Metodica predării fotbalului în școală

Anul universitar 2025-2026

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	SPORTURI INDIVIDUALE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / Profesor în învățământul gimnazial
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Metodica predării fotbalului în școală						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Dan MONEA						
2.3 Titularul activităților de seminar / LP	Asist.univ.dr. Berbecaru Razvan-Andrei						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	E	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	2	3.3 seminar/LP	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	48	Din care: 3.5 curs	24	3.6 seminar/LP	24
Distribuția fondului de timp:					Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii					8
Tutoriat					8
Examinări					7
Alte activități : comunicare bidirecțională cu titularul de disciplină / tutorele					8
3.7 Total ore studiu individual	77				
3.8 Total ore pe semestru	125				
3.9 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 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

6.1 Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	•Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară; •Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; •Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive; •Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă; •Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport; •Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului;
Competențe transversale	•Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; •Cooperarea - în condiții de eficiență și eficacitate - în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului; •Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională;

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentii vor putea descrie regulile jocului, pozițiile de joc și obiectivele strategice de bază în fotbal. Identificarea tehnicilor și tacticilor fundamentale: Vor identifica și explica tehnicile de bază (pase, aruncări, deplasări) și tacticile esențiale (defensive și ofensive) utilizate în jocul de fotbal. Analiza structurilor și principiilor jocului de echipă: Vor analiza principiile de organizare și funcționare ale echipei, inclusiv responsabilitățile fiecărei poziții și structurile tactice de bază.
Aptitudini	Aplicarea tehnicilor fundamentale: Studentii vor aplica și demonstra tehnici de bază în fotbal, precum pasele și deplasările, în contexte de joc. Dezvoltarea abilităților de coordonare în jocul de echipă: Vor colabora și coordona mișcările și strategiile în echipă, demonstrând eficiență în acțiunile colective și individuale. Evaluarea și îmbunătățirea performanței tehnice: Vor evalua execuțiile tehnice și vor adapta abordările tactice în funcție de contextul jocului, contribuind la îmbunătățirea performanței proprii și a echipei.
Responsabilități și autonomie	Asumarea rolurilor și responsabilităților în cadrul echipei: Vor asuma roluri specifice în cadrul echipei, manifestând angajament și responsabilitate în atingerea obiectivelor de joc. Promovarea eticii și fair-play-ului: Vor promova și respecta principiile de fair-play, colaborând eficient cu colegii și respectând regulile și adversarii. Îmbunătățirea continuă a abilităților în fotbal: Vor demonstra inițiativă în dezvoltarea personală, integrând feedback-ul și identificând oportunități de îmbunătățire tehnică.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• 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	• 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, Metodica învățării - lovirii mingii cu interiorul labei piciorului, de pe loc și din deplasare Metodica învățării - -preluării mingii cu interiorul labei piciorului	Curs interactiv	2 ore
2, Metodica învățării șutului la poartă, de pe loc și din deplasare Metodica învățării conducerii mingii	Curs interactiv	2 ore
3, Metodica învățării - lovirii mingii cu capul, de pe loc	Curs interactiv	2 ore
4, Metodica învățării deposedării adversarului de minge din față	Curs interactiv	2 ore
5, Metodica învățării - procedeele tehnice specifice portarului	Curs interactiv	2 ore
6, Metodica învățării marcajul fata de adversar	Curs interactiv	2 ore
7, Metodica învățării preluării mingii cu piciorul	Curs interactiv	2 ore
8, Metodica învățării - preluării mingii cu pieptul	Curs interactiv	2 ore
9, Metodica învățării- demarcajul	Curs interactiv	2 ore
10, Metodica învățării - depășirii adversarului cu mingea	Curs interactiv	2 ore
11, Selecția și pregătirea echipei reprezentative școlare	Curs interactiv	2 ore
12, Organizarea fotbalului în școală, sistemul competițional	Curs interactiv	2 ore
		Total 24 ore

Referințe bibliografice		
1. Apolzan, D., (1999), <i>Fotbal 2010</i>. Editată sub egida FRF, București. 2. Neța, GH., Popovici, C., Ormenisan, S., (2000), <i>Fotbal</i>. Turda: Ed JRC 3. Ormenisan, S., (2009), <i>Relatia dintre anxietate si performanta la jucatorii de fotbal</i>, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 4. Popovici, C., (2004), <i>Pregătirea fizică a fotbalistului</i>. Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 5. Popovici, C., (2008), <i>Fotbal – Copii și juniori</i>. Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 6. Popovici, C., Monea D., (2004), <i>Fotbal – curs de bază</i>. Uz intern, Cluj-Napoca. 7. Popovici, C., (2006), <i>Fotbal curs de bază – ediție revizuită</i>. Uz intern, Cluj-Napoca		
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Învățarea lovirii mingii cu interiorul labei piciorului, de pe loc și din deplasare	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
2. Învățarea șutului la poartă, de pe loc și din deplasare -preluării mingii cu interiorul labei piciorului	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
3. Învățarea conducerii mingii lovirii mingii cu capul, de pe loc	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
4. Învățarea deposedării adversarului de minge din față procedeele tehnice specifice portarului	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
5. Învățării marcajul și demarcajul depășirii adversarului	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
6.Consolidarea lovirii - mingii cu laba piciorului și cu capul, de pe loc și din deplasare preluării mingii cu piciorul și cu pieptul	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
7.Consolidarea conducerii mingii, liber și în prezența adversarului deposedării din față și din lateral respingerii mingii cu capul și cu piciorul	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
8.Consolidarea acțiunilor tactice folosite în atac: demarcajul funcțiilor în atac	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
9.Consolidarea acțiunilor tactice folosite în apărare: marcajul adversarului cu și fără minge învățării interceptiei	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore

10.Consolidarea sistemelor de apărare om la om jocului bilateral pe teren redus și/sau normal	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
11.Consolidarea regulile jocului: fault, jucarea mingii cu mana, repunerile de la margine, laterale și de poartă, repunerea mingii în joc, semnalizările arbitrilor	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
12. Exersarea procedeelor tehnico-tactice de bază – la nivelul claselor V-VIII Consolidarea și perfecționarea acțiunilor tehnico-tactice, în atac și apărare și aplicarea acestora, la nivelul claselor IX-XII Selecția și pregătirea echipei reprezentative scolare	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
		Total 24 ore
Referințe bibliografice 1. Apolzan, D., (1999), <i>Fotbal 2010</i> . Editată sub egida FRF, București. 2. Neța, GH., Popovici, C., Ormenisan, S., (2000), <i>Fotbal</i> . Turda: Ed JRC 3. Ormenisan, S., (2009), <i>Relatia dintre anxietate si performanta la jucatorii de fotbal</i> , Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 4. Popovici, C., (2004), <i>Pregătirea fizică a fotbalistului</i> . Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 5. Popovici, C., (2008), <i>Fotbal – Copii și juniori</i> . Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca. 6. Popovici, C., Monea D (2004), <i>Fotbal – curs de bază</i> . Uz intern, Cluj-Napoca. 7. POPOVICI, C., (2006), <i>Fotbal curs de bază – ediție revizuită</i> . 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 /Online	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice fotbalului conform programei școlare	Evaluare scrisă	60%
10.5 LP / Online	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (planuri de lectie conform cu programa școlară) folosind limbajul specific domeniului	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 gimnazial			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
							

Data completării:

10.03.2025

Semnătura titularului de curs

Conf. univ. dr. Dan Monea

Semnătura titularului de seminar

Asist. univ. dr. Berbecaru Razvan-Andrei

Data avizării în departament:

15.03.2025

Semnătura directorului de departament

Lector dr. Nuț Ramona Ancuța