

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	JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / Licențiat în Educație Fizică și Sport
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ REDUSA

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	Conf.univ.dr. Dan MONEA						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	6	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS YRL1012

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. laborator	2		
3.4. Total ore pe semestru – forma Învățământ cu frecvență redusă	125	din care: 3.5. SI	77	AI	24	3.6. L/P	24
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)							Ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)							24
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							20
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri							10
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)							8
3.5.5. Examinări							7
3.5.6. Alte activități							8
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)	101						
3.8. Total ore pe semestru (număr ECTS x 25 de ore)	125						
3.9. Numărul de credite	5						

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">Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none">Teren nr. 3 Parcul sportiv "Iuliu Hatieganu", mingi, maieuri, jaloane, porți mobile și ale materiale auxiliare

6. Competențe

6.1. Competențe specifice acumulate¹

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none">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	<ul style="list-style-type: none">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.

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

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

8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Învățarea lovirii mingii cu interiorul labei piciorului, de pe loc și din deplasare	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore
2. Învățarea șutului la poartă, de pe loc și din deplasare -preluării mingii cu interiorul labei piciorului	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore
3. Învățarea conducerii mingii lovirii mingii cu capul, de pe loc	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore
4. Învățarea deposedării adversarului de minge din față procedeele tehnice specifice portarului	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore
5. Învățării marcajul și demarcajul depășirii adversarului	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore
6.Consolidarea	Demonstrație și exersare repetitivă	2 ore

lovirii - mingii cu laba piciorului și cu capul, de pe loc și din deplasare preluării mingii cu piciorul și cu pieptul		
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: demarcajului funcțiilor în atac	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
9.Consolidarea acțiunilor tactice folosite în apărare: marcajului 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 Selectia și pregătirea echipei reprezentative școlare	Demonstrație si exersare repetitivă	2 ore
		Total 24 ore
Referințe bibliografice		
<ol style="list-style-type: none"> 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>Relația dintre anxietate si performanta la jucătorii 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 comunităților 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 lecție conform cu programa școlara) 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:

Coordonator de disciplina

Titularul activităților de lecții practice

Conf. univ. dr. Dan Monea

Conf. univ. dr. Dan Monea

Responsabil de studii IFR

Lector univ. dr. Almoș Andras