

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
Facultatea / Departamentul	Științe / Științe ale Mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport
Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
Ciclul de studii	Master
Programul de studii/Calificarea	Antrenament si performanta/Master

**2. Date despre disciplină**

Denumirea disciplinei				Cunoasterea si conducerea grupurilor sportive			
Titularul activităților de curs				Conf.univ.dr. Blanca Grama			
Titularul activităților de seminar				Conf.univ.dr. Blanca Grama			
Anul de studiu	II	Semestrul	1	Tipul de evaluare	Examen	Regimul disciplinei	Specialitate

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

Număr de ore pe săptămână	2	din care curs:	2	seminar	0
Total ore din planul de învățământ	28	din care curs:	28	seminar	0
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					
Tutoriat					6
Examinări					
Alte activități .....					
Total ore studiu individual	28				
Total ore pe semestru	56				
Numărul de credite	4				

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

4.1 de curriculum	●
4.2 de competențe	●

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

5.1. de desfășurare a cursului	● sala de curs dotată cu video proiector
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	● sala de curs dotată cu video proiector



## 6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cunoașterea și înțelegerea noțiunilor principale ale psihologiei implicate în conducerea și coordonarea grupurilor sportive</li> <li>• Utilizarea noțiunilor de bază pentru explicarea și interpretarea unor procese fundamentale ale psihologiei în educație fizică și sport: dezvoltarea fizică, dezvoltarea calităților/aptitudinilor motrice, învățarea motrică</li> <li>• Aplicarea eficientă a principiilor și metodelor de instruire și educație, a tendințelor și orientărilor metodologice în activitățile specifice psihologiei sportului de performanță</li> <li>• Utilizarea adecvată a criteriilor și metodelor de evaluare pentru aprecierea calitativă și cantitativă a unor procese specifice</li> </ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conștientizarea nevoii de comunicare eficientă bazată pe o terminologie de specialitate adecvată</li> <li>• Familiarizarea cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și distribuirea de sarcini pentru grupurile coordonate în activitățile de educație fizică și sport</li> </ul>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentarea, explicarea, înțelegerea conceptelor fundamentale privind dinamica de grup, dinamica grupului sportiv;</li> <li>• Analiza și evaluarea proceselor și fenomenelor care apar în grupul sportiv datorită dinamicii acestora;</li> <li>• Analiza și evaluarea relațiilor existente în grupul sportiv;</li> </ul>
Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Înțelegerea dinamicii performanței grupului sportiv, înțelegerea necesității de a transfera deprinderile dobândite prin practicarea sportului de performanță (rezistența la monotonie și la stres, curajul, voința, autocontrolul, capacitatea de relaționare socială, etc.) în orice tip de carieră în afara sportului.</li> <li>• Facilitarea învățării, a stabilirii de relații între conceptele fundamentale, prin utilizarea unor exemple concrete și analogii din domeniile de interes ale studenților</li> </ul>

## 8. Conținuturi

Curs	Metode de predare	Obs
Grupul sportiv. Delimitări conceptuale. Teorii fundamentale în studiul grupurilor –	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică	4 ore
Dinamica grupului sportiv. Relații, climat, coeziune. Testul sociometric	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică, expunerea prin intermediul mijloacelor audio-vizuale	– 4 ore
Motivație și satisfacție în grupurile sportive	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică	– 4 ore
Conflictul intra și intergrup. Tehnici de gestionare a conflictului	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică	– 4 ore
Comunicarea în grupurile sportive. Tehnici de comunicare în grup	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică	– 4 ore
Leadership în grupul sportiv	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația	– 4



	euristică, expunerea prin intermediul mijloacelor audio-vizuale	ore
Relatia, antrenor – grup sportiv. Relatia suporterii – grup sportiv	Prelegerea, explicația, exemplificare, conversația euristică, expunerea prin intermediul mijloacelor audio-vizuale	– 4 ore

### Bibliografie

1. Bull, S. (2011), Psihologia sportului – ghid pentru optimizarea performanțelor, Editura Trei, Colectia Psihologia pentru toti, Bucuresti
2. Curșeu, L.P. (2007). Grupurile în organizații, Ed. Polirom, Iași
3. Dragnea, A. (2006). Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive, Ed. CD-Press, București
4. Epuran, M., (1990), *Modelarea conduitei sportive*, Bucuresti, Ed. Sport-Turism.
5. Epuran, M., Holdevici, I., Tonița, F., (2008) *Psihologia sportului de performanță-teorie și practică*, Bucuresti, Ed. FEST.
6. Holdevici, I. (2008), Ameliorarea performanțelor individuale prin tehnici de psihoterapie, Editura Lider, Colectia Medicina București.
7. Predoiu, R. (2016), Psihologia sportului - maximizarea performanțelor sportive, Editura Polirom, Bucuresti
8. Tenenbaum, G. & Eklund, R. C. (Eds.), (2007) Handbook of sport psychology. 3rd ed., John Wiley & Sons, Hoboken, New Jersey.

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

- Disciplina "Conducerea și coordonarea grupurilor sportive" prin competențele însușite de către studenți contribuie într-un mod semnificativ și integrator la pregătirea viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului.

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	examen	Scris- test grila	100%
10.5 Seminar/laborator			
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participarea la minimum 70% din activitățile de seminar, acumularea unor cunoștințe de bază, capacitate de analiză, sinteză și aplicare minimă</li> </ul>			

(\*) Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

(\*\*) CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală;

Data completării: 26.09.2018

Data avizării în Departament: 01.10.2018

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Conf. univ. dr. Blanca Grama	
Director de departament	Lector univ. Dr .Voichița Gheoca	