

FIȘA DISCIPLINEI*

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Lucian Blaga” din Sibiu
Facultatea	Științe
Departament	Științe ale mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport
Domeniul de studiu	Știința sportului și educației fizice
Ciclul de studii	Master
Specializarea	Antrenament și performanță

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Specializare într-o disciplină sportivă I - Fotbal			
Codul cursului	Tipul cursului	An de studiu	Semestrul	Număr de credite
380617S03008		II	I	7
Tipul de evaluare	Categoriza formativă a disciplinei: (DF=fundamentală.; DD=domeniu; DS=specialitate; DC=complementară)			
Examen	DS			
Titular activități curs	Lector univ.dr. Stoian Iulian			
Titular activități seminar / laborator/ proiect	Lector univ.dr. Stoian Iulian			

3. Timpul total estimat

Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total
2	1	-	-	3
Extinderea disciplinei în planul de învățământ – Total ore din planul de învățământ				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total (NOAD _{sem})
28	14	-	-	42

Distribuția fondului de timp pentru studiu individual	Nr.ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	42
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	42
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	42
Tutoriat:	
Examinări:	14
Total ore alocate studiului individual (NOSI _{sem})	140
Total ore pe semestru (NOAD_{sem} + NOSI_{sem})	182

4. Preconții (acolo unde este cazul)

De curriculum	Bazele generale ale antrenamentului sportiv, Metodica antrenamentului pe ramură de sport - Fotbal
De competențe	

5. Conții (acolo unde este cazul)

De desfășurare a cursului	Sală de curs cu videoproiector
De desfășurare a sem/lab/pr	Sală de seminar cu videoproiector

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Să stăpânească limbajul terminologic specific fotbalului; • Să cunoască și să utilizeze în sistem interdisciplinar cunoștințele necesare proiectării și dirijării competițiilor sportive; • Să eșaloneze conținuturile tehnico-tactice proprii fotbalului pe stadii de pregătire; • Să opereze cu cunoștințe de natură biologică, psihologică, socială și managerială, necesare organizării acțiunilor de dezvoltare a performanței sportive.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Să stabilească obiectivele de instruire și de performanță pe diferite nivele de pregătire și strategiile de realizare a acestora; • Să elaboreze sisteme competiționale și să organizeze competiții, pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; <ul style="list-style-type: none"> • Să asigure un coaching performant; • Să promoveze relații de colaborare, să creeze un climat motivant, favorabil manifestării întregului potențial bio-psiho-motric.

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Valorificarea maximă a aptitudinilor psiho-motrice ale practicanților fotbalului; • Formarea și perfecționarea obișnuinței de practicare sistematică a exercițiilor tehnico-tactice în cadrul pregătirii și perfecționării fotbalului manifestate în direcția obținerii performanței sportive; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice antrenamentului de fotbal.
Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea capacității de a crea și conduce structuri specifice antrenamentului de fotbal; • Manifestarea unei atitudini pozitive și responsabile față de domeniul studiat.

8. Conținuturi

Curs		Nr. ore
Curs 1 - 4	Particularitățile antrenamentului în jocul de fotbal la nivelul de vârstă 6 – 8 ani	8
Curs 5 - 9	Particularitățile antrenamentului în jocul de fotbal la nivelul de vârstă 8 – 10 ani	10
Curs 10 - 14	Particularitățile antrenamentului în jocul de fotbal la nivelul de vârstă 10 – 12 ani	10
Total ore curs:		28
Seminar/Laborator		Nr. ore
S 1 - 2	Caracteristicile pregătirii fizice în antrenamentul copiilor de 6 -8 ani	2
S 3 - 4	Caracteristicile pregătirii tehnice în antrenamentul copiilor de 6 -8 ani	2
S 5 - 6	Caracteristicile pregătirii fizice în antrenamentul copiilor de 8 -10 ani	2
S 7 - 8	Caracteristicile pregătirii tehnice în antrenamentul copiilor de 8 -10 ani	2
S 9 - 10	Caracteristicile pregătirii fizice în antrenamentul copiilor de 10 -12 ani	2

S 11 - 12	Caracteristicile pregătirii tehnice în antrenamentul copiilor de 10 -12 ani	2
S 13 - 14	Caracteristicile pregătirii tactice în antrenamentul copiilor de 10 - 12 ani	2
Total ore seminar/laborator/lucrări practice		14

Metode de predare

Curs	Prelegerea, prezentarea PowerPoint, problematizarea
Seminar	PowerPoint, exemplificarea, problematizarea, studiul documentelor

Bibliografie

Referințe bibliografice recomandate	Stoian A., Stoian I., 2002, <i>Fotbal – exerciții pentru pregătirea fizică, tehnică, tactică</i> , Edit.Mira Design, Sibiu.;
	Stoian A., Stoian I., 2006, <i>Fotbal – curs de specializare</i> , Edit.Mira Design, Sibiu;
Referințe bibliografice suplimentare	Neța Ghe. Popovici C., Ormenișan S., 2000, <i>Fotbal 2000</i> , Edit.JRC, Turda;
	Motroc I., 1989, <i>Fotbal-probleme ale teoriei și metodicii antrenamentului</i> , edit.C.N.E.F.S., București;

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

Disciplina "Specializare într-o disciplină sportivă - fotbal" prin competențele însușite de către studenți contribuie într-un mod semnificativ și integrator la pregătirea viitorului specialist în domeniul sportului de performanță.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Ponderea în nota finală	Obs.**
Curs și seminar	Nivelul cunoștințelor teoretice	Examen scris	100%	

(*): 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: 24.09.2018

Data avizării în Departament: 01.10.2018

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Lector univ.dr. Stoian Iulian	
Director de departament	Lector univ.dr. Voichița Gheoca	