

**FIȘA DISCIPLINEI**

Anul universitar 2017-2018

**APLICATII METODOLOGICE LA NIVELUL INITIERII SPORTIVE-Judo****1. Date despre program**

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Științe, Educație Fizică și Informatică
1.3	Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4	Domeniul de studii	Știința Sportului și a Educației Fizice
1.5	Ciclul de studii	Licenta
1.6	Programul de studii / Calificarea	SPM / profesor-antrenor

**2. Date despre disciplină**

Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					APLICATII METODOLOGICE LA NIVELUL INITIERII SPORTIVE-Judo					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf. univ. dr. RABOLU EMILIAN					
2.3	Titularul activităților de laborator					Conf. univ. dr. RABOLU EMILIAN					
2.4	Anul de studii	III	2.5	Semestrul	I	2.6	Tipul de evaluare	V	2.7	Regimul disciplinei	O

**3. Timpul total estimat**

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	0	3.3	Seminar	3
3.4	Total ore din planul de inv.	42	3.5	din care curs	0	3.6	Seminar	42
Distribuția fondului de timp								8 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								2
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								6
Tutoriat								
Examinări								
Alte activități .....								
3.7	Total ore studiu individual	8						
3.8	Total ore pe semestru	50						
3.9	Număr de credite	2						

**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
5.2	De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala judo

**6. Competențe specifice acumulate**

Compe tențe profesi	C1: Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2: Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C4: Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport..
Competențe transversale	

## 7. Obiectivele disciplinei

<b>7.1 Obiectivul general al disciplinei</b>	Însușirea și valorificarea unor cunoștințe de specialitate privind conducerea și optimizarea procesului de pregătire sportivă specifică activității de mare performanță la nivelul juniorilor și seniorilor. Se accentuează următoarele aspecte:- cunoașterea modelelor de mare performanță pentru juniori și seniori, pentru valorificarea și optimizarea pregătirii sportive prin concursuri;- dezvoltarea capacității de a organiza și conduce lecții de antrenament și competiții care propun obiecte
<b>7.2 Obiectivele specifice</b>	Însușirea și valorificarea unor cunoștințe de specialitate privind conducerea și optimizarea procesului de pregătire sportivă specifică activității de mare performanță la nivelul juniorilor și seniorilor. Se accentuează următoarele aspecte:- cunoașterea modelelor de mare performanță pentru juniori și seniori, pentru valorificarea și optimizarea pregătirii sportive prin concursuri;- dezvoltarea capacității de a organiza și conduce lecții de antrenament și competiții

## 8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Organizarea sistemului național privind activitatea sportiva de [performanta si de masa ;	2 2	prelegerea	Retroproiecto r,video, planse , kinograme
2	Oprganizarea Federatiei Romane de Judo, rolul acestea in realizarea performantelor sportive si educatie ;	2 2		
3	Organizarea sistemului competitional judo in romania si la nivel international ;	2 2		
4	Organizarea si conducerea menegeriala a activitatii sportive in C.S.S., L.P.S. C.S.U SI FEDERATIA ROMANA DE JUDO;	2 2		
5	Protocolul de organizare a competitiilor sportive in judo;	2 2		
6	Metode de antrenamet in cadrul antrenamentelor la grupe de copiii, juniori , seniori;	2 2		
7	Norme privind folosirea si participarea in antrenamentele de judo;	2 2		
<b>Bibliografie</b> RABOLU EM.-Strategii privind instruirea juniorilor in judo 2008 Rabolu Em. SELECȚIA ȘI MODELAREA TEHNICĂ ÎN JUDO, Editura Universitatii din Pitesti, 2014 Rabolu Em.- PREGĂTIREA FIZICĂ ÎN JUDO, Editura Universitatii din Pitesti, 2014, Rabolu Em. STRATEGII METODOLOGICE PRIVIND INSTRUIREA JUNIORILOR ÎN JUDO Editura Universitatii din Pitesti, 2014 TUDOR O.B-Teoria si metodica antrenamentului-periodizarea TUDOR O.B –Totul despre pregatirea tinerilor campioni				

## 9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4T	Răspunsurile la examen -evaluarea finală		10%
10.5 Laborator	<ul style="list-style-type: none"> <li>Răspunsurile finale la lucrările practice de laborator</li> <li>Testarea continuă pe parcursul semestrului</li> <li>Activitățile gen teme/referate/eseuri/traduceri/proiecte etc</li> <li>Prezență</li> </ul>	Probe practice	50% 30% 10%
10.6 Standard minim de performanță	Îndeplinirea activităților de lucrări practice absolut obligatorii, Promovarea evaluării finale (obținerea unui punctaj care să depășească jumătate din punctajul		

	alocat evaluării finale)
--	--------------------------

Data completării  
01.10.2017

Titular de curs  
Conf univ.dr Rabolu Emilian

Titular de laborator  
Conf univ.dr Rabolu Emilian

Data aprobării în Consiliul departamentului,  
15.10.2017

Director de departament,  
(prestator)

Director de departament,  
(beneficiar),

Prof. univ. dr. Marian Crețu

Prof. univ. dr. Marian Crețu