

FIȘA DISCIPLINEI
PREGĂTIRE SPECIALIZATĂ ÎNTR-O DISCIPLINĂ SPORTIVĂ – FOTBAL
anul universitar 2022 – 2023

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 Educației Fizice
1.5	Ciclul de studii	Master
1.6	Programul de studiu / calificarea	Performanță în Sport / Profesor antrenor în învățământul cu program sportiv integrat gimnazial, liceal / antrenor la cluburi sportive, asociații sportive etc.

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1	Denumirea disciplinei					Pregătire specializată într-o disciplină sportivă – fotbal					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf.univ.dr. Trandafirescu Gabriel					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					Lect.univ.dr. Trandafirescu Gabriel					
2.4	Anul de studii	I	2.5	Semestrul	I	2.6	Tipul de evaluare	Examen	2.7	Regimul disciplinei	Obligato- rii

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	4	3.2	din care curs	2	3.3	S / L / P	2
3.4	Total ore din planul de învăț.	56	3.5	din care curs	28	3.6	S / L / P	28
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								144 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								50
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								40
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								48
Tutorat								2
Examinări								2
Alte activități								2
3.7	Total ore studiu individual	144						
3.8	Total ore pe semestru	200						
3.9	Număr de credite	8						

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	Sală dotată cu videoproiector și ecran.
5.2	De desfășurare a laboratorului	Teren de fotbal / mingi, tricouri, jaloane și alte materiale auxiliare.

6. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	<p>C1. Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. (1 PC)</p> <p>C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială. (1 PC)</p> <p>C3. Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport. (1 PC)</p> <p>C4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport. (1 PC)</p> <p>C5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport. (1 PC)</p>
Competențe transversale	<p>CT1. Organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională (1 PC)</p> <p>CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/ de pregătire / competiție (1 PC)</p> <p>CT3. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală (1 PC)</p>

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Înșușirea și valorificarea unor cunoștințe de specialitate privind conducerea și optimizarea procesului de pregătire sportivă specifică activității de mare performanță la nivelul juniorilor și seniorilor.
7.2 Obiectivele specifice	<p>a.) Obiective cognitive</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Operarea cu conceptele fundamentale ale antrenamentului sportiv în general, ale fotbalului în special și utilizarea corectă a termenilor de specialitate specifici jocului de fotbal. □ 2. Cunoașterea concepției de joc și pregătire în fotbalul actual. □ 3. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea fizică generală și specifică în jocul de fotbal. □ 4. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea tehnică în jocul de fotbal. □ 5. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea tactică în jocul de fotbal. □ 6. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea teoretică în jocul de fotbal. □ 7. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea biologică în jocul de fotbal. □ 8. Cunoașterea, operarea și utilizarea diferitelor concepte și teorii cu privire la pregătirea psihologică în jocul de fotbal. □ 9. Capacitatea de a organiza și conduce lecții de antrenament și competiții care propun obiective de mare performanță. <p>b.) Obiective procedurale</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Identificarea unor situații concrete de aplicare a noțiunilor specifice disciplinei fotbal. □ 2. Utilizarea unor metode de evaluare și autoevaluare a propriei capacități de predare a elementelor tehnice specifice jocului de fotbal. <p>c.) Obiective atitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> □ 1. Respectarea normelor de deontologie profesională (a codului deontologic al profesorului), fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice specialistului în domeniul știința sportului și educației fizice. □ 2. Cooperarea în echipe de lucru pentru rezolvarea diferitelor sarcini de învățare. □ 3. Transmiterea și cultivarea motivației pentru practicarea fotbalului, respectul față de valori și etica domeniului.

8. Conținuturi

8.1. Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
CURS Master PS / Anul I / Semestrul I			
1	1. Antrenamentul în jocul de fotbal 1.1. Generalități. 1.2. Principiile antrenamentului sportiv.	2	
2	2. Concepția de joc și pregătire în fotbalul actual 2.1. Concepția de joc și pregătire în apărare.	2	
3	3. Concepția de joc și pregătire în fotbalul actual 3.1. Concepția de joc și pregătire în atac.	2	
4	4. Pregătirea fizică în jocul de fotbal 4.1. Definirea conceptului de pregătire fizică. 4.2. Pregătirea fizică generală.	2	
5	5. Pregătirea fizică în jocul de fotbal 5.1. Pregătirea fizică specifică. 5.2. Metodologia realizării pregătirii fizice în jocul de fotbal.	2	
6	6. Pregătirea tehnică în jocul de fotbal 6.1. Definirea conceptului de pregătire tehnică. 6.2. Caracteristicile pregătirii tehnice.	2	
7	7. Pregătirea tehnică în jocul de fotbal 7.1. Componentele tehnicii. 7.2. Conținutul și clasificarea tehnicii în jocul de fotbal.	2	
8	8. Pregătirea tactică în jocul de fotbal 8.1. Definirea conceptului de pregătire tactică. 8.2. Componentele tacticii jocului de fotbal.	2	
9	9. Pregătirea tactică în jocul de fotbal 9.1. Caracteristicile tacticii jocului de fotbal. 9.2. Corelația dintre tehnică și tactică. 9.3. Sistematizarea tacticii.	2	
10	10. Pregătirea teoretică a fotbalistilor 10.1. Definirea și conținutul pregătirii teoretice. 10.2. Căi și mijloace de realizare a pregătirii teoretice.	2	
11	11. Pregătirea biologică și refacerea după efort	2	

	11.1. Pregătirea biologică pentru joc. 11.2. Refacerea după efort.			
12	12. Pregătirea biologică și refacerea după efort 12.1. Controlul medico-biologic al refacerii. 12.2. Afecțiuni întâlnite la jocul de fotbal.	2		
13	13. Pregătirea psihologică în jocul de fotbal 13.1. Definirea și conținutul pregătirii psihologice.	2		
14	14. Pregătirea psihologică în jocul de fotbal 14.1. Pregătirea psihologică pentru meci.	2		
Bibliografie: 1. Achim Șt., 2002, Planificarea în pregătirea sportivă, Edit. Ex Ponto, București. 2. Bompa T., 2003, Performanța în jocurile sportive. Teoria și metodologia antrenamentului, Edit. Ex Ponto, București. 3. Dragnea A., Teodorescu Mate Silvia, 2002, Teoria sportului, Edit. FEST, București. 4. Dumitrescu, Gh., Fotbal Curs, Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie, Turism și Sport, Departamentul de Educație fizică, Sport și Kinetoterapie, Oradea, 2016. 5. Dumitrescu, Gh., 2006, Fotbal. Tehnica jocului. Pregătirea tehnică, Edit. Universității din Oradea. 6. Dumitrescu, Gh., Deac Anca, 2009, Fotbal: noțiuni generale de tehnică, tactică și regulament / Football: general notions of technique, tactics and rules, Edit. Universității din Oradea. 7. Motroc, I., Cojocaru, V., 1991, Fotbal – curs de bază – vol. I, II, III, ANEFS, București. 8. Nicu, A. și colab., 1993, Antrenamentul sportiv modern, Edit. Editis, București. 9. Simion Ghe., Mihăilă I., Stănculescu G., 2011, Antrenament sportiv. Concept sistemic, Edit. Ovidius University Press, Constanța.				
8.2. Aplicații: Laborator		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
LUCRĂRI PRACTICE Master PS / Anul I / Semestrul I				
1	Metodica predării procedeele tehnice de bază – lovirea mingii cu latul	2		
2	Metodica predării procedeele tehnice de bază – lovirea mingii cu șiretul	2		
3	Metodica predării procedeele tehnice de bază – lovirea mingii cu capul	2		
4	Metodica predării procedeele tehnice de bază – conducerea mingii	2		
5	Metodica predării procedeele tehnice de bază – preluarea mingii	2		
6	Metodica predării procedeele tehnice de bază – deposedarea	2		
7	Metodica predării procedeele tehnice de bază – mișcarea înșelătoare	2		
8	Metodica predării procedeele tehnice de bază – protejarea mingii	2		
9	Metodica predării procedeele tehnice de bază – aruncarea de la margine	2		
10	Metodica predării acțiunilor tactice de bază în atac - pasa	2		
11	Metodica predării acțiunilor tactice de bază în atac – un-doi-ul	2		
12	Metodica predării acțiunilor tactice de bază în apărare – dublajul și presingul	2		
13	Metodica predării sistemului de joc	2		
14	VERIFICARE Structuri tehnico-tactice. Conducerea unei lecții de antrenament cu o temă prestabilită	2		
Bibliografie: 1. Achim Șt., 2002, Planificarea în pregătirea sportivă, Edit. Ex Ponto, București. 2. Bompa T., 2003, Performanța în jocurile sportive. Teoria și metodologia antrenamentului, Edit. Ex Ponto, București. 3. Dragnea A., Teodorescu Mate Silvia, 2002, Teoria sportului, Edit. FEST, București. 4. Dumitrescu, Gh., Fotbal Curs, Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie, Turism și Sport, Departamentul de Educație fizică, Sport și Kinetoterapie, Oradea, 2016. 5. Dumitrescu, Gh., 2006, Fotbal. Tehnica jocului. Pregătirea tehnică, Edit. Universității din Oradea. 6. Dumitrescu, Gh., Deac Anca, 2009, Fotbal: noțiuni generale de tehnică, tactică și regulament / Football: general notions of technique, tactics and rules, Edit. Universității din Oradea. 7. Motroc, I., Cojocaru, V., 1991, Fotbal – curs de bază – vol. I, II, III, ANEFS, București. 8. Nicu, A. și colab., 1993, Antrenamentul sportiv modern, Edit. Editis, București. 9. Simion Ghe., Mihăilă I., Stănculescu G., 2011, Antrenament sportiv. Concept sistemic, Edit. Ovidius University Press, Constanța.				

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

Corectitudinea și acuratețea folosirii conceptelor și teoriilor însușite la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților comunității epistemice/academice din domeniul știința sportului și educației fizice.
Competențele procedurale și atitudinale ce vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului cu program sportiv integrat (liceal).
NOTĂ: în cadrul programelor de formare continuă a personalului didactic va fi evaluat, periodic, gradul de satisfacție al reprezentanților comunității academice și al angajatorilor față de competențele profesionale și transversale dobândite de către absolvenții programului de studiu *Performanță în Sport*.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Răspunsurile la examen – evaluarea finală	Examen scris cu subiecte alese din materia predată la curs	40 %
10.5 Seminar / Lucrări practice / Tema de casă	Participarea la activitate	Evaluarea participării conștiente și active din cadrul lucrărilor practice	10 %
	Referat	Analiza modului de realizare a referatului	20 %
	Participarea la lucrările practice	Probe de control	30 %
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

30.09.2022

Titular de curs,

Conf.univ.dr. Trandafirescu Gabriel

Titular de lucrări practice,

Lect.univ.dr. Trandafirescu Gabriel

Data aprobării în Consiliul departamentului,

Director de departament,

(prestator)

Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu

Director de departament,

(beneficiar),

Conf.univ.dr. Liviu Mihăilescu