



## FIȘA DISCIPLINEI

### Strategii de pregătire a echipelor reprezentative școlare Anul universitar 2024-2025

#### 1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București, Centrul Universitar 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	Activități motrice curriculare și extracurriculare / Profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar

#### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei												Strategii de pregătire a echipelor reprezentative școlare			
2.2 Titularul activităților de curs												Conf.univ.dr. Butnariu Mihaela			
2.3 Titularul activităților de seminar / laborator												Conf.univ.dr. Butnariu Mihaela			
2.4 Anul de studii		I		2.5 Semestrul		2		2.6 Tipul de evaluare		Examen		2.7 Regimul disciplinei		DS	

#### 3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	2
3.4	Total ore din planul de învăț.	42	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	28
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								83ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								25
Tutorat								7
Examinări								4
Alte activități .....								6
3.7	Total ore studiu individual	83						
3.8	Total ore pe semestru	125						
3.9	Număr de credite	5						

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

4.1	de curriculum	cunoștințele generale dobândite în anii anteriori de studiu
4.2	de rezultate ale învățării	capacitate de documentare; capacitate de sistematizare

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

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală de lecții practice

#### 6. Obiectivele disciplinei

6.1 Obiectivul general al disciplinei	- Formarea abilităților de identificare și aplicare a celor mai eficiente strategii didactice în pregătirea echipelor reprezentative școlare.
6.2 Obiectivele specifice	<b>Obiective cognitive:</b> - Cunoașterea regulamentului de organizare și desfășurare a competițiilor sportive școlare. - Cunoașterea prevederilor metodologice pentru disciplinele sportive nominalizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar. - Cunoașterea modalităților de realizare a selecției, de formare și de pregătire a echipelor reprezentative școlare la diferite ramuri sportive. <b>Obiective procedurale</b> -Aplicarea corectă a prevederilor metodologice pentru disciplinele sportive nominalizate în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar. - Utilizarea adecvată a noțiunilor specifice procesului de planificare a activității de pregătire a echipelor reprezentative școlare. <b>Obiective atitudinale</b> - Colaborarea în cadrul activităților realizate în echipă pentru rezolvarea diferitelor situații. - Conștientizarea necesității implicării profesorului de educație fizică și sport în procesul de selecție și pregătire a elevilor care fac parte din echipele reprezentative școlare pentru participarea la competiții.



## 7. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"><li>CP1. Aplică strategii de predare</li><li>CP5. Adaptează predarea la capacitățile elevului</li><li>CP9. Organizează instruirea</li></ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"><li>CT1. Lucrează în echipe</li><li>CT2. Își menține aptitudinile fizice</li></ul>

## 8. Rezultatele învățării

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"><li>Înțelege și aplică strategii de predare utilizate în domeniul Știința Sportului și Educație Fizice</li><li>Înțelegerea principiilor de diferențiere pedagogică și aplicarea metodelor moderne de instruire diferențiată și adaptativă în educația fizică și sport.</li><li>Aplicarea principiilor fundamentale ale organizării instruirii în educația fizică și sport.</li></ul>
Aptitudini	<ul style="list-style-type: none"><li>Identificarea și implementare metodelor didactice active și interactive utilizate în procesul de predare a educației fizice și sportului.</li><li>Aplicarea tehnicilor de predare bazate pe învățarea prin practică, joc și simulări specifice sportului.</li><li>Aplicarea unor strategii didactice flexibile pentru a răspunde nevoilor individuale ale elevilor.</li><li>Capacitatea de a ajusta sarcinile motrice și de a personaliza exercițiile în funcție de abilitățile și limitările fiecărui elev.</li><li>Dezvoltarea capacității de a planifica și structura sesiuni de instruire eficiente, adaptate diferitelor niveluri de performanță</li></ul>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"><li>Asumarea responsabilității în aplicarea metodelor didactice moderne pentru îmbunătățirea procesului de predare și învățare în sport.</li><li>Adaptarea strategiilor de predare la diversitatea grupului și la cerințele individuale ale acestora.</li><li>Asumarea responsabilității pentru crearea unui mediu de învățare incluziv și echilibrat, adaptat nevoilor fiecărui elev.</li><li>Promovarea unui sistem de predare adaptiv, bazat pe feedback constant și ajustarea obiectivelor de învățare.</li><li>Asumarea responsabilității pentru implementarea unor programe de instruire eficiente și personalizate.</li><li>Crearea unui mediu de instruire sigur, incluziv și motivant pentru elevi și sportivi.</li><li>Implementarea unui sistem de monitorizare a progresului în instruire, bazat pe obiective clare și măsurabile.</li></ul>

## 9. Conținuturi

9.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Organizarea educației fizice în sistemul de învățământ românesc.	2	-prelegerea interactivă; -metode intuitive de video – proiecție	calculator videoproector
2	Organizarea și desfășurarea competițiilor sportive școlare în învățământul preuniversitar -Prevederi metodologice privind participarea elevilor la competițiile sportive școlare -Organizarea și desfășurarea Competiției Sportive Școlare „Olimpiada Gimnaziilor”	2		
3	Calendarul Competițional Național pentru învățământul preuniversitar	2		
4	1. Selecția și formarea echipelor reprezentative școlare. 2. Baza materială necesară pregătirii echipelor reprezentative școlare	2		
5	1. Strategii de pregătire a echipelor reprezentative școlare pentru participarea la competiții sportive 2. Principalele elemente și procedee tehnice specifice disciplinei sportive Atletism prevăzută în Calendarul Competițional Național al Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar	2		
6	Principalele elemente și procedee tehnice specifice disciplinelor, ramurilor și probelor sportive prevăzute în Calendarul Competițional Național al Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar – badminton, baschet, fotbal, handbal.	2		
7	Principalele elemente și procedee tehnice specifice disciplinelor, ramurilor și probelor sportive prevăzute în Calendarul Competițional Național al Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar – oină, rugby, șah, tenis de masă, volei.	2		

### Bibliografie:



1. Alexanderescu N.C., (2018), *Antrenamentul de handbal la nivel de juniori: Mijloace complementare de pregătire*, Editura Universității din Pitești;
2. Bompa T.O., Buzzichelli C.A.,(2021), *Periodizarea. Teoria și metodologia antrenamentului*, Editura Lifestyle, București;
3. Butnariu, M., (2024), *Strategii de pregătire a echipelor reprezentative școlare - Suport de curs de uz intern*;
4. Cole B., Panariello R., (2021), *Anatomia baschetului*, Editura Lifestyle Publishing, București;
5. Gălățeanu, I., S. și Benedek, F.(2019). *Studiu privind pregătirea echipei reprezentative școlare de oină în învățământul gimnazial*. Știința Culturii Fizice, nr. 33 (1), pp. 25-29.
6. Gălățeanu, I., S. și Benedek, F.(2020). *Studiu privind pregătirea tehnică a unei reprezentative școlare de fotbal la clasele de gimnaziu*. Știința Culturii Fizice, nr. 34 (2), pp. 30-35. ISSN 1857-4114.
7. Gidu D.V., (2017), *Pregătirea echipelor reprezentative școlare*, Editura Universitaria, Craiova;
8. Neagu N., (2012), *Cuantificarea pregătirii fizice în antrenamentul sportiv*, Editura University Press, Târgu Mureș;
9. Predoiu R., (2016), *Psihologia sportului. Maximizarea performanței sportive*, Editura Polirom, Iași;
10. Roată R., (2018), *Oina. Inițierea în jocul de oină*, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava;
11. Vișan P., (2020), *Contribuții metodologice privind învățarea tehnicii și tacticii jocului de fotbal*, Editura Universității din Pitești;
12. [www.edu.ro](http://www.edu.ro) - Programele școlare pentru educație fizică și sport (în vigoare)
13. <file:///D:/Downloads/02.B.-Anexa-B-la-Calendarul-olimpiadelor-nationale-scolare-----PREVEDERI-METODOLOGICE---ONSS--si-Regulamente-OG---2015-2016.pdf>
14. <file:///D:/Downloads/PROTOCOL-COCA-COLA.pdf>
15. <file:///D:/Downloads/Protocol-DANONE-2016.pdf>

[file:///D:/Downloads/01.B.-Anexa-B-la-Calendarul-olimpiadelor--colare\\_2013-2014\\_-Prevederi-metodologice-ONSS\[1\].pdf](file:///D:/Downloads/01.B.-Anexa-B-la-Calendarul-olimpiadelor--colare_2013-2014_-Prevederi-metodologice-ONSS[1].pdf)

9.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Implicarea profesorului de educație fizică și sport în procesul de pregătire pentru participarea la competiții a elevilor care fac parte din echipele reprezentative școlare.	4	- dezbateri; - aplicații; - exerciții.	materiale didactice
2	Regulamente competiții sportive școlare	6		
3	Probe de control folosite pentru testarea indicilor capacităților motrice în vederea realizării selecției elevilor care vor face parte din echipele reprezentative școlare	4		
4	Pregătirea fizică a echipelor reprezentative școlare Pregătirea tehnică și tactică a echipelor reprezentative școlare	6		
5	Modele de planificare a activității de pregătire a echipelor reprezentative școlare pentru diferite ramuri sportive.	8		

#### Bibliografie:

1. Amzăr L., Rada L., (2015), *Volei: Îndrumar practico-metodic*, Editura Universității din Pitești;
  2. Chivu, I. D., (2021), *Tehnica și tactica jocului de fotbal*, Craiova: Editura Universitaria;
  3. Ciocan, V.-C. (2016). *Bazele generale ale baschetului*. Editura Alma Mater.
  4. Ciubotaru, M., Leuciuc, F.-V., & Gălățeanu, I. S. (2019). *Studiu privind pregătirea tehnică a unei reprezentative școlare de fotbal pe teren redus la gimnaziu*. Știința Culturii Fizice, 34(2), 89-94.
  5. Eade James., Al Lawrence (2021), *Biblia jucătorului de șah. Strategii ilustrate pentru a fi mereu în avantaj*, Editura Didactică Publishing House, București;
  6. Gălățeanu, I. S., & Benedek, F. (2019). *Studiu privind pregătirea echipei reprezentative școlare de oină în învățământul gimnazial*. Știința Culturii Fizice, 33(1), 25-29.
  7. Georgescu A., (2020), *Modele de pregătire fizică multilaterală în jocul de handbal la juniori. Bazele teoretice și metodologice ale cercetării*, Editura Ovidius University Press, Constanța;
  8. Gidu, D. V., (2017), *Pregătirea echipelor reprezentative școlare*. Craiova: Editura Universitaria;
  9. Poenaru R.D., (2019), *Volei*, Editura Universității din Pitești;
  10. Stoica, D., Barbu, D., (2021), *Fotbal. Modele strategice în pregătirea practică*. Craiova. Editura Universitaria;
  11. <http://www.gsp.ro/gsp-special/superreportaje/afla-totul-despre-rugby-tag-sportul-care-i-incinta-pe-copii-183683.html>
  12. <http://froina.ro/atasate/Redescoperiti%20oina.pdf>
  13. <http://ro.scribd.com/doc/99415954/Curs-Baza-Tenis-de-Masa-2009>
  14. [http://www.feforadea.ro/PDF/curs/Feflea/tenis\\_de\\_masa.pdf](http://www.feforadea.ro/PDF/curs/Feflea/tenis_de_masa.pdf)
  15. [http://www.oina.ro/marcajul\\_terenului\\_pentru\\_jocul\\_oina.html](http://www.oina.ro/marcajul_terenului_pentru_jocul_oina.html)
- <http://balabanesti.net/2010/12/25/terenul-de-oina/>



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București  
Centrul Universitar Pitești  
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



Prin intermediul acestei discipline studenții își vor forma cunoștințele necesare pentru realizarea selecției și a pregătirii fizice, tehnice și tactice a echipelor reprezentative școlare în vederea participării acestora atât la Olimpiada Națională a Sportului Școlar cât și la alte competiții sportive.

Competențele care vor fi achiziționate la nivelul disciplinei – vor satisface așteptările reprezentanților asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul învățământului.

#### 11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare	11.3 Puncte pe activitate
11.4 Curs	Însușirea conținutului cursului, gradul de asimilare a limbajului de specialitate și coerența tratării subiectelor.	Evaluare orală	50
11.5 Seminar / Lección practice / Tema de casă	Implicarea studenților în pregătirea și prezentarea temelor de lección practice - Referat ca temă de casă	Evaluarea participării active a studenților (activitate L.P.)	20
		Evaluare periodică	10
		Prezentarea unor referate cu teme recomandate de cadrul didactic (Temă de casă)	20
<b>11.6. Condiții de promovare</b> Punctajul minim pentru promovarea disciplinei este de 50 puncte. Punctajul total se transformă în notă întreagă prin împărțire la 10 și rotunjire. Studentul trebuie să participe la evaluarea finală, în regim față în față, fără impunerea unui punctaj minim la evaluarea finală.			

Data completării

30.09.2024

Titular de curs,

.....

Titular de seminar / laborator,

.....

Data aprobării în Consiliul departamentului,  
30.09.2024

Director de departament,  
(prestator)

.....

Director de departament,  
(beneficiar),

.....

Data aprobării în Consiliul FSEFI,

30.09.2024

Decan FSEFI,

Conf.univ.dr. Julien Leonard FLEANCU

.....