



MINISTERUL EDUCAȚIEI  
UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD  
310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR  
Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070  
<http://www.uav.ro>; e-mail: [rectorat@uav.ro](mailto:rectorat@uav.ro)  
Operator de date cu caracter personal nr.2929

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Anul universitar	2021-2022
1.6. Ciclul de studii	Master
1.7. Specializarea / Programul de studii	Sport și Performanță Motrică
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BmCA3O03 Stagiu de practică în antrenorat
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Marconi Roberto Gabriel
2.3. Asistent	doctor Marconi Roberto Gabriel
2.4. Anul de studiu	2
2.5. Semestrul	1
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4
3.2. Ore de curs pe săptămână	0
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	4
3.4. Total ore din planul de învățământ	56
3.5. Ore de curs pe semestru	0
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	56
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	0
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	16

3.4.4. Tutoriat	4
3.4.5. Examinări	2
3.4.6. Alte activități ...	2
3.7. Total ore studiu individual	44
3.8. Total ore pe semestru	56
3.9. Numărul de credite	4

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

4.1. Precondiții de curriculum	
4.2. Precondiții de competențe	

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

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	<b>Săli de sport și terenuri dotate corespunzător pentru activitățile prevăzute în planul de învățământ conform specializării</b>
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

#### 6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	<b>Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor și modelelor specifice pe ramură de sport</b> <b>Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport</b>
6.2. Competențe transversale	<b>Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/de pregătire/competiție</b>

#### 7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<b>Formarea unui sistem de cunoștințe de specialitate necesare în activitatea de antrenorat.</b> <b>Însușirea tehnicilor și metodelor de dezvoltare a calităților motriceca premisă a creșterii capacității de performanță în funcție de obiectivele antrenamentului la diferite nivele, în raport cu particularitățile ramurile de sport și modul de organizare a exersării</b>
7.2. Obiectivele specifice	<b>Formarea concepției științifice cu privire la dezvoltarea/educarea calităților motrice, cu aplicabilitate în diferite ramuri sportive.</b> <b>Abilitarea studenților cu sistemul de cunoștințe aplicabile în activitatea științifică și de antrenorat.</b> <b>Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor de performanță prin însușirea diferitelor structuri de exerciții specifice.</b> <b>Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de antrenament sportiv.</b> <b>Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în lecția de antrenament sportiv și activități specific domeniului</b>

#### 8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
8.2 Bibliografie Curs		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
8.4 Bibliografie Seminar		

8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
1. Participarea la lecțiile de antrenament la elevii cu vârsta cuprinsă între 10-14 ani și întocmirea a 6 protocoale de desfășurare a antrenamentelor. 2. Cunoașterea obiectivelor secției, a sportivilor, a documentelor de planificare ale profesorului, a programelor de antrenament, probele de control, rezultate, etc. 3. Asistarea la jocurile oficiale ale echipei și completarea foilor de înregistrare de la federație 4. Controlul și testarea nivelului tehnic și fizic pe grupele de nivel I și II 5. Cunoașterea exercițiilor pe diferite nivele conform programei de clasificare 6. Stagiul de practică la grupele de nivel II 7. Stagiul de practică la grupele de nivel III	Demonstratie, explicatie, predare	56 ore
8.6 Bibliografie Laborator		
<b>1. Gheorghe, D., (2005) Teoria antrenamentului sportiv, Editura Fundației România de Măine, București,</b> <b>2. Dragnea, A.D., Teodorescu-Mate, Silvia, (2002), Teoria Sportului, Ed. Fest, București</b> <b>3. Popescu, F., (2003) Metodologia învățării tehnicii jocurilor sportive, Editura Fundației România de Măine, București,</b> <b>4. Popescu, F., (2004) , Pregătirea fizică în jocurile sportive, Editura Fundației România de Măine, București,</b>		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

**9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei (acolo unde este cazul)**

**Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter pragmatic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul educației fizice și sportului, încadrabili la nivel de: Unități ale Ministerului Educației Cercetării Tineretului și Sportului, Unități ale Federației „Sportul pentru Toți”, Ministerului Apărării, Asociații și cluburi sportive, Centre de sănătate, destindere și petrecerea timpului liber, Centre de plasament, Fundații, firme, Centre turistice, Tabere, centre de joacă și recreere, etc.**

**10. Evaluare (acolo unde este cazul)**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs			
10.2. Seminar			
10.3. Laborator	<b>Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice</b>	- verificare curentă pe parcursul semestrului	100%
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță			
<b>Cunoașterea etapelor selecției</b>			

Titular  
doctor Marconi Roberto  
Gabriel

Asistent  
doctor Marconi Roberto  
Gabriel

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI