



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	Educație fizică și sport
1.5. Anul universitar	2024-2025
1.6. Ciclul de studii	Licență
1.7. Specializarea / Programul de studii	Educație fizică și sportivă
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BIAF1O03 Fundamentele științifice ale jocurilor sportive- FOTBAL
2.2. Titular Plan învățământ	Dr. Bulzan Claudiu Octavian
2.3. Asistent	Dr. Bulzan Claudiu Octavian
2.4. Anul de studiu	1
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	2
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56
3.5. Ore de curs pe semestru	28
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	28
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	18
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	18
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	12

3.4.4. Tutoriat	4
3.4.5. Examinări	4
3.4.6. Alte activități ...	13
3.7. Total ore studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	56
3.9. Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Precondiții de curriculum	Metodica disciplinelor sportive – jocuri de echipă - fotbal, Pedagogie, Psihologie
4.2. Precondiții de competențe	Cunoașterea și înțelegere, explicare și demonstrare elemente tehnico - tactice

5. Condiții necesare (acolo unde este cazul)

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	Sala de curs cu dotări adecvate; Bibliotecă cu lucrări de referință în domeniu, review-uri și articole, materiale digitale, întrebări-test, manuale și cărți de specialitate.
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	Sală de jocuri dotată cu aparatură și materiale specifice activității jocului de fotbal; materiale digitale.
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

6. Competențele specifice acumulate (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	Cp.1 Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară (1 credit) Cp.2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (1 credit) Cp.3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic (1 credit)
6.2. Competențe transversale	Ct.1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională (1 credit) Ct.2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive (1 credit)

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Formarea unui sistem de cunoștințe cu caracter științific și practico-metodic despre conținutul și caracteristicile jocului de fotbal (învățarea elementelor și procedeele tehnice, învățarea elementelor tactice în apărare și atac, învățarea regulamentului de joc.
7.2. Obiective specifice	Prin conținutul cursului de fotbal se urmărește formarea profilului viitorului profesor de educație fizică, posesor al unui volum de cunoștințe teoretice și practice care să-i permită abordarea acestui joc sportiv în școală. În acest sens, studentul este instruit să-și ridice nivelul pregătirii tehnico-metodice individuale.

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
Jocul de fotbal. Definiție. Încadrare. Sociologie. Regulament. Competiție Istoria jocului de fotbal. Evul mediu, Epoca modernă- contemporană. Istoricul jocului în lume și în România. Analiza structurală a jocului de fotbal. Tehnica jocului de fotbal. Tactica jocului de fotbal. Elemente tehnice și tactice ale portarului.	Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație; idem; idem; idem; idem;	4 ore; 6 ore; 4 ore; 6 ore; 4 ore; 4 ore;
8.2 Bibliografie Curs BULZAN, C., Note de curs, ediție revizuită (format electronic), 2024; IONESCU, V. I., Fotbal, Editura Helicon, Timișoara, 1995 NEȚA GH., POPOVICI, C., Fotbal 2000, Editura JRC, Cluj Napoca, 2000; COJOCARU, V., Strategia pregătirii juniorilor pentru fotbalul de mare performanță, Editura AXIS MUNDI, București , 2000; RĂDULESCU, M. COJOCARU, V., Ghidul antrenorului de fotbal – copii și juniori, Editura AXIS MUNDI, București ,2003 (Școala Federală de Antrenori).		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
8.4 Bibliografie Seminar		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
Lovirea mingii cu piciorul Oprirea și preluarea mingii Lovirea mingii cu capul Conducerea și protejarea mingii Fenta și depășirea Deposedarea Șutul la poartă cu piciorul și lovitura cu capul Centrarea, lansarea și deschiderea Elementele tactice individuale în apărare Elementele tactice individuale și colective în apărare Elementele tactice individuale și colective în atac Elementele portarului Sisteme de atac și apărare Joc bilateral	Demonstrația, explicația; idem; idem; idem; idem; idem; idem; idem; idem; idem;	2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore; 2 ore;
8.6 Bibliografie Laborator BULZAN, C., Note de curs, ediție revizuită (format electronic), 2024; IONESCU, V. I., Fotbal, Editura Helicon, Timișoara, 1995; NEȚA GH., POPOVICI, C., Fotbal 2000, Editura JRC, Cluj Napoca, 2000; COJOCARU, V., Strategia pregătirii juniorilor pentru fotbalul de mare performanță, Editura AXIS MUNDI, București , 2000; RĂDULESCU, M. COJOCARU, V., Ghidul antrenorului de fotbal – copii și juniori, Editura AXIS MUNDI, București ,2003 (Școala Federală de Antrenori).		
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 Naționale, 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	Rezolvarea de itemi în cadrul evaluării finale	Evaluare scrisă	50 %

10.2. Seminar			
10.3. Laborator	Participare activă la lucrări practice și curs Dispoziție la efort fizic și intelectual; Atitudine corespunzătoare pentru lucrul în echipă	Executarea exercițiilor ca număr și corectitudine; Evaluare continuă pe parcursul activității lucrărilor practice; Teste pe parcursul semestrului și notarea lor;	50%
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță executarea corectă a minimum 2 elemente și 2 procedee tehnice la alegere. 1 referat realizat și susținut în cadrul orelor practice, admis cu minimum nota 5, reprezintă modalitatea de obținere a numărului de credite prevăzut pentru activitatea independentă.			

Titular
Dr. Bulzan Claudiu
Octavian

Asistent
Dr. Bulzan Claudiu
Octavian

Director Departament
Conf.univ.dr. Corina Ramona
Dulceanu

DECAN
Conf. univ. dr. Viorel-Petru
ARDELEAN