



**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	<b>UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD</b>
1.2. Facultatea	<b>de Educație Fizică și Sport</b>
1.3. Departamentul	<b>Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Știința Sportului și Educației Fizice</b>
1.5. Anul universitar	<b>2023-2024</b>
1.6. Ciclu de studii	<b>Master</b>
1.7. Specializarea / Programul de studii	<b>Sport și Performanță Motrică</b>
1.8. Forma de învățământ	<b>Învățământ cu frecvență (IF)</b>

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>BmCA1009 Pregătire specializată într-o disciplină sportivă – FOTBAL</b>
2.2. Titular Plan învățământ	<b>doctor Andrei Vasile Liviu</b>
2.3. Asistent	<b>doctor Bulzan Claudiu Octavian</b>
2.4. Anul de studiu	<b>1</b>
2.5. Semestrul	<b>1</b>
2.6. Tipul de evaluare	<b>ES</b>
2.7. Regimul disciplinei	<b>Op</b>

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>4</b>
3.2. Ore de curs pe săptămână	<b>1</b>
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	<b>3</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>56</b>
3.5. Ore de curs pe semestru	<b>14</b>
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	<b>42</b>
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	<b>0</b>

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	0
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	0
3.4.4. Tutoriat	0
3.4.5. Examinări	0
3.4.6. Alte activități ...	0
3.7. Total ore studiu individual	0
3.8. Total ore pe semestru	56
3.9. Numărul de credite	8

**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	Sala de curs cu videoproiector
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	Teren de fotbal cu dotari corespunzătoare activitatilor de joc
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

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

6.1. Competențe profesionale	<b>CP1</b> Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientarea interdisciplinară. <b>CP3</b> Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor și modelelor specifice pe ramură de sport <b>CP4</b> Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport
6.2. Competențe transversale	<b>CT2</b> Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/de pregătire/competiție <b>CT3</b> Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

**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. Obiectivele 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
-------------------	-------------------	------------

.Tehnica- definiție. Tehnica și factorii de joc. Profilul tehnic individual.	Discutie interactiva, explicatia	4 ore
Deprindere tehnică și capacitate tehnică	Idem	4 ore
Elemente tehnice și procedee tehnice. Biomecanică.	Idem	4 ore
Tactica- definiție. Principii tactice.	Idem	4 ore
Relațiile tactice de colaborare în atac și în apărare.	Idem	4 ore
Relațiile tactice de adversitate în atac și în apărare	Idem	4 ore
Sistemul de joc. Forme de apărare și atac	Idem	4 ore
<b>8.2 Bibliografie Curs</b>  <b>BRÎNDESCU SORIN, Jocul de Fotbal, Editura Mirton, Timișoara, 2012;</b> <b>BRÎNDESCU SORIN, Exerciții de fotbal, Editura de Vest, Timișoara , 2013</b> <b>IONESCU V. ION Football, Editura Helicon, Timișoara, 1995;</b> <b>IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbalul Școlar, Tipografia Universității, Timișoara.1999;</b> <b>IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbal- Exerciții, Tipografia Universității, Timișoara, 2000;</b> <b>F.R.F., ȘCOALA FEDERALĂ DE ANTRENORI, Cunoașterea problemelor de pregătire a copiilor și juniorilor. Practica efectivă de conducere a lecției de antrenament, F.R.F., 2002.</b>		
<b>8.3 Conținut Seminar</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
Cerințele disciplinei. Probe inițiale de control. Joc bilateral de control.	Explicatie, demonstratie si joc	4 ore
Consolidarea elementelor și procedeele tehnice învățate prin structuri de exerciții.;	Idem	4 ore
Consolidarea jocului de mini - fotbal (6x6) și învățarea acțiunii tehnicotactice de marcaj / demarcaj;	Idem	4 ore
Combinăția tactică	Idem	4 ore
Consolidarea și organizarea jocului de fotbal în sală (futsal 5 x 5);	Idem	4 ore
Consolidarea și organizarea jocului de fotbal pe 1/2 teren ( 9 x 9 ).	Idem	4 ore
Joc bilateral.	Idem	4 ore
<b>8.4 Bibliografie Seminar</b>  <b>BRÎNDESCU SORIN, Jocul de Fotbal, Editura Mirton, Timișoara, 2012;</b> <b>BRÎNDESCU SORIN, Exerciții de fotbal, Editura de Vest, Timișoara , 2013;</b> <b>IONESCU V. ION Football, Editura Helicon, Timișoara, 1995;</b> <b>IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbalul Școlar, Tipografia Universității, Timișoara.1999</b>		
<b>8.5 Conținut Laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<b>8.6 Bibliografie Laborator</b>		
<b>8.7 Conținut Proiect</b>	<b>Metode de predare</b>	<b>Observații</b>
<b>8.8 Bibliografie Proiect</b>		

### 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	<b>Notele acordate pentru temele de casă, referate, eseuri, traduceri, studii de caz</b>	Examen scris	30%
10.2. Seminar	<b>Media notelor acordate la lucrări practice Nota acordată pentru frecvența și conduita la activități</b>	Evaluare practică	70%
10.3. Laborator			
10.4. Proiect			
<b>10.5 Standard minim de performanță</b> <b>- îndeplinirea cerințelor minimale privind trecerea probelor și normelor de control; - îndeplinirea cerințelor privind referatele/temele pentru acasă;</b> <b>- cunoștințe minime de specialitate la examinarea orală sau/și scrisă.</b>			

Titular  
doctor Andrei Vasile  
Liviu

Asistent  
doctor Bulzan Claudiu  
Octavian

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI