

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Transilvania din Brașov
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sporturi Montane
1.3. Departamentul	Performanță motrică
1.4. Domeniul de studii de ¹⁾	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclu de studii ²⁾	Licență
1.6. Programul de studii	Sport și performanța motrică / COR ESCO 233002 - Profesor în învățământul gimnazial
1.7. Forma de învățământ	ID/IFR

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Fundamentele științifice ale jocului de fotbal							
2.2. Coordonatorul de disciplină	Gabriel SIMION							
2.3. Tutorele de disciplină	Gabriel SIMION / Ștefan TERIȘ							
2.4. Anul de studii	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut ³⁾	DS
							Obligativitate ⁴⁾	DI

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

3.1. Număr de ore pe săptămână din planul de învățământ la forma IF	6	din care: 3.2. curs	2	3.3. Laborator	4
3.4. Total ore pe semestru din planul de învățământ la forma ID/IFR	84	din care: 3.5. AI	28	3.6. L	56
Distribuția fondului de timp					ore
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					28
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					32
3.4.3. Pregătire seminare / laboratoare / proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					28
3.4.4. Tutoriat (consiliere profesională)					2
3.4.5. Examinări					2
3.4.6. Alte activități (comunicare bidirecțională, sincronă/asincronă pe platformă cu studenții)					2
3.7. Total ore de activitate individuală a studentului (AI+SI)	94				
3.8. Total ore pe semestru	150				
3.9. Numărul de credite ⁶⁾	5				

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	
5.2. de desfășurare a seminarului / laboratorului / proiectului	Sală de jocuri Scol 2

6. Competențe specifice acumulate (conform grilei de competențe din planul de învățământ)

CP7. Ofera instruire în domeniul sportiv Rezultatele învățării 7.1. Cunoștințe R.Î. 7.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.. R.Î. 7.1.3. Studentul / absolventul Cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup. 7.2. Abilități R.Î. 7.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului. R.Î. 7.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente. R.Î. 7.2.3. Studentul / absolventul identifică teme și subiecte de cercetare, specifice domeniului. R.Î. 7.2.6. Studentul / absolventul argumentează importanța cunoașterii anatomiei și fiziologiei organismului uman în general și solicitările acestuia în timpul efortului fizic, în mod special. 7.3. Responsabilitate și autonomie R.Î. 7.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate. R.Î. 7.3.2. Studentul / absolventul aplică în mod autonom și responsabil abilitățile, cunoștințele teoretice și practice dobândite.
CP9. Organizează activități de formare

Competențe transversale	<p>CT2. Lucrează în echipe, construiește spirit de echipă, îi conduce pe alții și delegă responsabilități</p> <p>Rezultatele învățării</p> <p>2.1. Cunoștințe</p> <p>R.Î. 2.1.1. Studentul / absolventul înțelege dinamica de grup și rolurile individuale în funcționarea eficientă a echipei.</p> <p>R.Î. 2.1.2. Studentul / absolventul cunoaște tehnicile de leadership, motivare și delegare eficientă a responsabilităților.</p> <p>2.2. Abilități</p> <p>R.Î. 2.2.1. Studentul / absolventul coordonează activitățile de grup, promovând coeziunea și spiritul de echipă.</p> <p>R.Î. 2.2.2. Studentul / absolventul delegă responsabilități în mod echitabil și eficient, ținând cont de competențele și potențialul membrilor echipei.</p> <p>2.3. Responsabilitate și autonomie</p> <p>R.Î. 2.3.1. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.</p> <p>R.Î. 2.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă în preluarea rolului de lider atunci când este necesar și sprijină dezvoltarea celorlalți membri ai echipei.</p> <p>CT5. Se exprimă într-un mod creativ și utilizează software de comunicare și colaborare</p> <p>Rezultatele învățării</p> <p>5.1. Cunoștințe</p> <p>R.Î. 5.1.1. Studentul / absolventul se familiarizează cu funcționalitățile esențiale ale aplicațiilor și platformelor de comunicare și colaborare</p> <p>R.Î. 5.1.2. Studentul / absolventul înțelege modul în care tehnologiile digitale pot sprijini lucrul colaborativ, schimbul de idei și realizarea de proiecte interactive și inovatoare.</p> <p>5.2. Abilități</p> <p>R.Î. 5.2.1. Studentul / absolventul utilizează eficient software de comunicare și colaborare pentru a facilita schimbul de informații, coordonarea echipei și dezvoltarea proiectelor sportive și educaționale</p> <p>R.Î. 5.2.2. Studentul / absolventul integrează instrumente digitale (prezentări interactive, platforme colaborative, resurse multimedia) pentru a susține și valorifica exprimarea creativă în activitățile educaționale și sportive</p> <p>5.3. Responsabilitate și autonomie</p> <p>R.Î. 5.3.1. Studentul / absolventul manifestă autonomie în alegerea și combinarea creativă a resurselor și aplicațiilor digitale pentru a atinge obiectivele propuse</p> <p>R.Î. 5.3.2. Studentul / absolventul încurajează inițiativa și participarea activă în echipe, promovând un mediu de lucru colaborativ și inovator, bazat pe respect reciproc și exprimare liberă</p>
-------------------------	---

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Dobândirea unei terminologii adecvate și formarea unor competențe metodic-organizatorice privind predarea disciplinei fotbal în învățământul de toate gradele, la cluburile și asociațiile sportive.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> Definirea și utilizarea adecvata a terminologiei specifice fotbalului privind antrenamentul sportiv Argumentarea, interpretarea, operarea cu concepte privind omul – sistem bio-psiho-social hipercomplex și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului de selecție și a pregătirii în sport Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice fotbalului destinate învățării, consolidării și perfecționării elementelor și procedeele tehnice Selectarea și introducerea conținuturilor specifice pe cicluri de învățământ/grad de pregătire/servicii sportive Selectarea și aplicarea unor metode și mijloace consacrate pentru realizarea curriculumului integrat, pe niveluri de vârstă și de performanță la nivel gimnazial și în cadrul cluburilor și asociațiilor sportive Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului Utilizarea unor sisteme de evaluare și apreciere a execuțiilor corecte pe componentele antrenamentului (factorul tehnic), stadiul I al antrenamentului sportiv

8. Conținuturi

8.1. AI	Metode de predare	Nr. de ore	Observații
Descrierea jocului de fotbal	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Conținutul jocului de fotbal	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe

			platforma eLearning
Tehnica jocului de fotbal – generalități	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Elementele tehnice de intrare în posesia mingii	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Elementele tehnice de păstrare a posesiei mingii	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Elementele tehnice de transmitere a mingii și specifice jocului portarului	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica jocului de fotbal – generalități	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Principiile tacticii	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Sistemul de joc	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica colectivă în atac	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica colectivă în apărare	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica individuală în atac	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica individuală în apărare	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica la momentele fixe ale jocului	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
<p>Bibliografie: Bibliografie obligatorie Simion G. -Fotbal – Rezistența specifică, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2021. Simion G. - Metodica predării fotbalului în școală, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2018. Simion G. -Polivalență sportivă – Fotbal, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2017. Simion G. - Metodica antrenamentului pe ramuri de sport – Fotbal, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2014</p>			

Bibliografie facultativa
 Oancea, V., Simion, G. – Fotbal – curs pentru IFR – Ed. Univ. Transilvania, Braşov, 2009.
 Oancea V. - Factorii antrenamentului în jocul de fotbal, Ed. Univ. Transilvania, Braşov, 2005.
 Simion G. - Fotbal. Teoria jocului, Editura Universităţii Transilvania, Braşov, 2013.
 Simion G. - Fotbal – Sisteme de acţionare pentru învăţarea tehnicii şi tacticii, Editura Universităţii Transilvania, Braşov, 2012.

Material didactic în tehnologie ID:

Simion, G., „Fundamentele ştiinţifice ale jocului de fotbal” – curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul I, sem. II, actualizat în 2025

8.2. L	Metode de predare-învăţare	Nr. de ore	Observaţii
Jocul fără minge	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovirea mingii cu piciorul (1)	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovirea mingii cu piciorul (2)	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Preluarea mingii	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Conducerea mingii	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Protejarea mingii	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Deposedarea adversarului de minge	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Mişcarea înşelătoare	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovirea mingii cu capul	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Aruncarea de la margine. Jocul portarului	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Duelul 1v1 ofensiv	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Duelul 1v1 defensiv	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Demarcarea	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Marcajul	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Dublajul	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Acoperirea	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Schimbul de locuri. Schimbul de zone şi adversari	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Pasa. Replierea	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Pressingul	lucrări practice	2	temă prevăzută în

			calendarul disciplinei
Combi-nații tactice	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Contraatacul. Atacul rapid	lucrări practice	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
<p>Bibliografie: Bibliografie obligatorie Simion G. -Fotbal – Rezistența specifică, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2021. Simion G. - Metodica predării fotbalului în școală, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2018. Simion G. -Polivalență sportivă – Fotbal, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2017. Simion G. - Metodica antrenamentului pe ramuri de sport – Fotbal, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2014 Bibliografie facultativa Oancea, V., Simion, G. – Fotbal – curs pentru IFR – Ed. Univ. Transilvania, Brașov, 2009. Oancea V. - Factorii antrenamentului în jocul de fotbal, Ed. Univ. Transilvania, Brașov, 2005. Simion G. - Fotbal. Teoria jocului, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2013. Simion G. - Fotbal – Sisteme de acționare pentru învățarea tehnicii și tacticii, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2012. Material didactic în tehnologie ID: Simion, G. „Fundamentele științifice ale jocului de fotbal”– curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul I, sem. II, actualizat în 2025</p>			

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunităților epistemice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive, Federația Română de Fotbal

10. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI (curs)	Explicarea corectă a noțiunilor tehnice și tactice specifice cu o terminologie adecvată	Evaluare scrisă cu itemi subiectivi	70%
10.5. L	Demonstrarea și aplicarea corectă a elementelor tehnice specifice jocului de fotbal	Verificare practică (VP). Parcurgerea unei structuri motrice complexe: preluare – conducere printre 5 jaloane (se folosesc obligatoriu ambele picioare în manevrarea mingii) – tras la poartă prin procedeul lovirea mingii cu șiretul plin (obligatoriu să se nimorească spațiul porții). Se execută de două ori și se urmărește nivelul execuției tehnice.	30%
10.6. Standard minim de performanță			
Rezolvarea unei probleme bine definite (explicarea, demonstrarea, conceperea unor exerciții pentru învățarea tehnicii și tacticii jocului de fotbal), de complexitate medie, din domeniul educației fizice			

Prezenta Fișă de disciplină a fost avizată în ședința de Consiliu de departament din data 23/06/2025 și aprobată în ședința de Consiliu al facultății din data 23/06/2025

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultății

Conf. dr. Bogdan Marian OANCEA,
Directorul de departament

Conf.dr. Gabriel SIMION,
Titularul de curs (AI)

Conf.dr. Gabriel SIMION,
Titularul de L

Lect.dr. Ștefan TERIȘ
Titularul de L

Notă:

- 1) Domeniul de studii – se alege una din variantele: Licență / Masterat (se completează conform cu Nomenclatorul domeniilor și al specializărilor / programelor de studii universitare în vigoare).
- 2) Ciclul de studii – se alege una din variantele: Licență / Masterat.
- 3) Regimul disciplinei (conținut); se alege una din variantele: pentru nivelul de licență – DF (disciplină fundamentală) / DD (disciplină din domeniu) / DS (disciplină de specialitate) / DC (disciplină complementară); pentru nivelul de masterat – DAP (disciplină de aprofundare) / DSI (disciplină de sinteză) / DCA (disciplină de cunoaștere avansată).
- 4) Regimul disciplinei (obligativitate) – se alege una din variantele: DI (disciplină impusă) / DO (disciplină opțională) / DFc (disciplină facultativă).
- 5) AI – activități de autoinstruire; AT – activități tutoriale; TC – teme de control; AA – activități asistate; SF – seminar față în față; ST – seminar în sistem tutorial; L – activități de laborator; P – proiect, lucrări practice; Pr – practică (de domeniu/de specialitate).
- 6) Un credit este echivalent cu 30 de ore de studiu (activități didactice și studiu individual).