

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Institutia de invatamant superior	Universitatea de Vest din Timisoara
1.2. Facultatea	Facultatea de Educatie Fizica si Sport
1.3. Departamentul	Educatie Fizică și Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ramura de știință	Știința sportului și educației fizice
1.6. Ciclul de studii	Licență
1.7. Programul de studii / calificarea*	Educatie Fizică și Sportivă Profesor in invatamantul primar –cod C.O.R 234101, Profesor in invatamantul gimnazial –cod C.O.R 233002 Cercetator in educatie fizica si sport- cod C.O.R. 226909 Asistent de cercetare in educatie fizica si sport- cod C.O.R 226910 Consilier sportiv- cod C.O.R 226911

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Volei 2						
2.2. Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Grădinaru Sorin						
2.3. Titularul activităților de seminar	Conf.univ.dr. Grădinaru Sorin						
2.4. Anul de studii	III	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Op.

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6. seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					56
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					17
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Examinări					8
Tutorat					3
Examinări					
Alte activități ...					
3.7. Total ore studiu individual	56				
3.8. Total ore pe semestru	84				
3.9. Număr de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde e cazul)

4.1. de curriculum	• Nu este cazul
4.2. de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde e cazul)

5.1. de desfășurarea a cursului	• Sală de curs
---------------------------------	----------------

5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sală de sport
6. Competențe specifice acumulate	
Competențe profesionale	<p>C.P.1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</p> <p>C.P.2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar.</p> <p>C.P.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.</p> <p>C.P.4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.</p> <p>C.P.5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport.</p> <p>C.P.6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.</p>
Competențe transversale	<p>C.T.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.</p> <p>C.T.2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.</p>

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<p>Cursul are menirea de a prezenta problematica tehnicii și tacticii jocului de volei, sistematizarea acestor două componente, precum și regulamentul jocului de volei.</p> <p>Deprinderea de a aplica acțiunile de joc de bază în jocul bilateral și de a opera cu principalele prevederi regulamentare.</p>
7.2. Obiectivele specifice	<p>1Oc. Să utilizeze terminologia specifică jocului de volei.</p> <p>1Oap. Să opereze cu simboluri (semne convenționale) în descrierea mijloacelor de instruire.</p> <p>1Oat. Să identifice mijloace adecvate învățării și consolidării acțiunilor de joc.</p> <p>2Oc. Să cunoască tehnica de execuție a acțiunilor de joc.</p> <p>2Oap. Să cunoască mecanismul eficienței acțiunilor de joc.</p> <p>2Oat. Să manifeste preocupare pentru formarea reprezentării corecte a exercițiilor.</p> <p>3Oc. Să cunoască efectele practicării jocului de volei.</p> <p>3Oap. Să opereze cu mijloace specifice în sfera motricității.</p> <p>3Oat. Să formeze obișnuința de practicare independentă a jocului de volei.</p> <p>4Oc. Să cunoască formele și modelele de joc pentru copii, juniori și seniori.</p> <p>4Oap. Să adapteze sistemele de acționare în funcție de vârstă subiecților și a mediului de desfășurare a jocului.</p> <p>4Oat. Să manifeste interes pentru promovarea jocului de volei în medii dintre cele mai diverse.</p> <p>5Oc. Să identifice voleiul românesc în trecut și prezent.</p> <p>5Oap. Să studieze modele de jucători.</p> <p>5Oat. Să susțină activitatea de performanță la nivel local și național.</p> <p>6Oc. Să cunoască regulamentul de joc și de organizare a unei competiții.</p> <p>6Oap. Să aplice prevederile regulamentare în calitate de arbitru.</p> <p>6Oat. Să manifeste imparțialitate în aplicarea regulamentului de</p>

	joc.
--	------

8. Conținuturi*

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
Volei – disciplină sportivă în lecția de educație fizică și în alte forme de practicare a exercițiilor fizice (2 ore) 1Oc.	Prelegerea Conversația	-Grapă, F., Mârza, D. (1998) Volei în învățământ. Editura Plumb, Bacău, pag. 37-43 -Grădinaru, S., Voicu, S. (1996) Jocuri motrice pregătitoare pentru învățarea voleiului în școală. Editura Mirton, Timișoara, pag. 15-76
Tehnica jocului de volei – metodologie generală de predare (4 ore) 2Oc.	Prelegerea Conversația	-Bâc, O. (1999) Volleyball. Editura Universității din Oradea, pag.115-180 -Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) Volei-tehnică-tactică. Editura Eurobit, Timișoara, pag.28-103 -Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos” Galați, pag. 7-11
Voleiul în învățământ (2 ore) 3Oc., 5Oc.	Prelegerea Conversația	-Grapă, F., Mârza, D. (1998) Volei în învățământ. Editura Plumb, Bacău, pag. 133-148 -Mergheș, P., Grădinaru, S. (2014) Volei la început de drum. Editura Mirton, Timișoara, pag.52-126
Pregătirea echipelor reprezentative școlare (4 ore) 4Oc.	Prelegerea Conversația	-Grapă, F., Mârza, D. (1998) Volei în învățământ. Editura Plumb, Bacău, pag.107-132 -Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos” Galați, pag.264-280
Organizarea și desfășurarea competițiilor școlare la diferite categorii de vârstă (2 ore) 6Oc.	Prelegerea Conversația	-Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) Volei-tehnică-tactică. Editura Eurobit, Timișoara, pag. 105-152 -Mergheș, P., Grădinaru, S. (2014) Volei la început de drum. Editura Mirton, Timișoara, pag. 126-130

Bibliografie

1. Bâc, O. (1999) Volleyball, Editura Universității din Oradea.
2. Grapă, F., Mârza, D. (1998) Volei în învățământ, Editura Plumb, Bacău.
3. Grădinaru, S., Voicu, S. (1996) Jocuri motrice pregătitoare pentru învățarea voleiului în școală, Editura Mirton, Timișoara.
4. Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara.
5. Mergheș, P., Grădinaru, S. (2014) Volei la început de drum, Editura Mirton, Timișoara.
6. Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați.

8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Metodica învățării și consolidării acțiunilor de joc (6 ore) 1Oap., 1Oat., 2Oap, 2Oat.	Demonstrația Exersarea Algoritmizarea	-Se lucrează individual și în grup
Complexe tehnice cu legarea acțiunilor de joc în faze de joc (2ore) 4Oap., 4Oat., 5Oap., 5Oat.	Exersarea Algoritmizarea	-Se lucrează în grup
Joc cu efective reduse (2 ore) 3Oap., 3Oat.	Exersarea	-Se constituie echipe echilibrate valoric
Joc bilateral 6-6. Învățarea și consolidarea dispozitivului de joc pe serviciul propriu și pe serviciul advers (4 ore) 6Oap., 6Oat.	Exersarea	-Se constituie echipe echilibrate valoric -Accent pe dispunerea jucătorilor în teren în cele două situații fundamentale de joc

Bibliografie

- | | | | |
|----|----------------------------|--------|--|
| 1. | Băc, O. | (1999) | Volleyball, Editura Universității din Oradea. |
| 2. | Grapă, F., Mârza, D. | (1998) | Volei în învățământ, Editura Plumb, Bacău. |
| 3. | Grădinaru, S., Voicu, S. | (1996) | Jocuri motrice pregătitoare pentru învățarea voleiului în școală, Editura Mirton, Timișoara. |
| 4. | Grădinaru, S., Merghes, P. | (2010) | VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara. |
| 5. | Merghes, P., Grădinaru, S. | (2014) | Volei la început de drum, Editura Mirton, Timișoara. |
| 6. | Păcuraru, Al. | (1999) | VOLEI. Teorie și Metodică, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați. |

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

Studentii vor dobândi cunoștințe și abilități de demonstrant și metodist necesare predării jocului de volei în școală.

10. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs	Însușirea conținutului cursului	Observarea curentă Testarea cunoștințelor	50%
	Atitudinea față de disciplină		
10.5. Seminar/ laborator	Însușirea deprinderilor specifice	Probe de control	50%
	Criteriul progresului realizat		
10.6. Standard minim de performanță: Cunoștințe și priceperi minime de demonstrant și metodist.			

Data completării
10.09.2019

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar



Semnătura directorului de departament

