

FISA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|---------------------------------------|---|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | UNIVERSITATEA 1 DECEMBRIE 1918 DIN ALBA IULIA |
| 1.2 Facultatea | FACULTATEA DE DREPT SI ȘTIINTE SOCIALE |
| 1.3 Departamentul | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ |
| 1.5 Ciclul de studii | LICENȚĂ |
| 1.6 Programul de studiu / Calificarea | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / Profesor de educație fizică |

2. Date despre disciplină

| | | |
|---|---------------------------------------|-------------------------|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Metodica predării voleiului în școală | EFS III 08 |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf.univ. dr. Grigore C-tin | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar / LP | Lect.univ.dr. Haisan Angel | |
| 2.4 Anul de studiu | III | 2.5 Semestrul |
| | | II |
| 2.6 Tipul de evaluare | E | 2.7 Regimul disciplinei |
| | | O |

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

| | | | | | |
|--|----|--------------------|----|----------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 4 | Din care: 3.2 curs | 2 | 3.3 seminar/LP | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 48 | Din care: 3.5 curs | 24 | 3.6 seminar/LP | 24 |
| Distributia fondului de timp: | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și note | | | | | 20 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 30 |
| Pregătire seminar/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 28 |
| Tutoriat | | | | | 6 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități: | | | | | 11 |
| 3.7 Total ore studiu individual | 77 | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | 48 | | | | |
| 3.9 Numărul de credite | 5 | | | | |

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

| | |
|-------------------|---|
| 4.1 de curriculum | <ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul |
| 4.2 de competente | <ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul |

5. Condiții (acolo unde este cazul)

| | |
|--|---|
| 5.1 De desUașurare a cursului | <ul style="list-style-type: none"> Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție |
| 5.2 De desUașurare a seminarului/laboratorului | <ul style="list-style-type: none"> Sala de sport cu teren regulamentar de volei, mingi, jaloane și ale materiale auxiliare |

6. Competențele specifice acumulate

| | |
|-------------------------|---|
| Competențe profesionale | <ul style="list-style-type: none"> • C 1. Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă) • C 3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive • C 5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport |
| Competențe transversale | |

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

| | |
|---------------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice jocului de volei, precum și a principalelor noțiuni de regulament |
| 7.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și însușirea procedeei tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale. • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor lor funcționale în prevăzute în programa școlară. • Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică și sport, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. • Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în lecția de educație fizică și activități de timp liber. |

8. Conținuturi

| 8.1 Curs | Metode de predare | Observatii |
|---|-------------------|------------|
| 1. Voleiul în lecția de educație fizică - mijloc al educației fizice la ciclul gimnazial și liceal. | Curs interactiv | 2 ore |
| 2. Selecția în volei. Echipa reprezentativă a școlii. | Curs interactiv | 2 ore |
| 3. Stadiile instruirii — cerințe specifice și principii de bază. | Curs interactiv | 2 ore |
| 4. Tehnica și tactica individuală. Sistematizarea acțiunilor | Curs interactiv | 2 ore |
| 5. Acțiunile individuale din atac: serviciul, ridicarea pentru atac, lovitura de atac. | Curs interactiv | 2 ore |
| 6. Acțiunile individuale în apărare: preluarea din serviciu, preluarea din atac, blocajul. | Curs interactiv | 2 ore |

