

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 licență 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 volei							
2.2. Coordonatorul de disciplină	Turcu Ioan							
2.3. Tutorele de disciplină	Turcu Ioan							
2.4. Anul de studii	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut ³⁾ Obligativitate ⁴⁾	DF 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	5	din care: 3.2. curs	2	3.3. Laborator	3
3.4. Total ore pe semestru din planul de învățământ la forma ID/IFR	70	din care: 3.5. AI	28	3.6. L	42
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					24
3.4.3. Pregătire seminare / laboratoare / proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					25
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)	83				
3.8. Total ore pe semestru	125				
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)

Sala de curs UnTBv	
5.2. de desfășurare a seminarului / laboratorului / proiectului	Sala de sport, mingi, echipamente.

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

Competențe profesionale	Cp.1. Proiectarea activităților instructiv-educative specifice educației fizice și antrenamentului sportiv R.Î. 1.1. Studentul / absolventul proiectează unități de învățare corelate cu competențele curriculare și raportate la resursele disponibile. R.Î. 1.2. Studentul / absolventul dezvoltă strategii de predare și evaluare specifice și eficiente pentru fiecare unitate de învățare proiectată. R.Î. 1.3. Studentul / absolventul identifică și adaptează programele de învățare motrică atât pentru diferite grupuri de elevi cu nevoi specifice cât și pentru practicanții sportului la nivel de inițiere și consolidare a deprinderilor motrice. R.Î. 1.4. Studentul / absolventul creează un plan anual de învățământ (un plan anual de pregătire), precum și alte planuri calendaristice (mezociclu, microciclu, plan de lecție), coerente și flexibile. R.Î. 1.5. Studentul / absolventul utilizează tehnologii educaționale moderne pentru a facilita procesul de învățare în cadrul lecțiilor de educație fizică și antrenament sportiv. R.Î. 1.6. Studentul / absolventul evaluează constant eficacitatea planurilor de lecție și/sau a planurilor de antrenament adaptându-le permanent în funcție de feedback-ul elevilor. Cp.2. Managementul activităților curriculare și extracurriculare în domeniul educației fizice și antrenamentului sportiv R.Î. 2.1. Studentul / absolventul organizează eficient resursele de timp și de spațiu în cadrul lecțiilor de educație fizică și de antrenament sportiv. R.Î. 2.2. Studentul / absolventul monitorizează permanent atât comportamentul cât și siguranța elevilor/sportivilor în timpul activităților fizice/sportive. R.Î. 2.3. Studentul / absolventul gestionează cu responsabilitate resursele materiale, inclusiv echipamentele sportive
-------------------------	--

Competențe transversale	Ct.1. Comunicarea și cooperarea în contexte profesionale R.Î.1.1 Studentul / absolventul demonstrează abilitatea de a comunica eficient cu colegii, elevii și părinții în contextul educației fizice și antrenamentului sportive. R.Î.1.2 Studentul / absolventul colaborează permanent cu specialiști din domenii conexe în scopul realizării și promovării unor programe și inițiative comune. CT2 Dezvoltarea și managementul carierei R.Î.2.1 . Studentul / absolventul se raportează în activitatea sa didactică la propriile obiective și provocări profesionale R.Î.2.2 Studentul / absolventul identifică și evaluează oportunitățile de dezvoltare profesională, precum și traseul de evoluție profesională. R.Î.1.3 Absolventul dezvoltă un portofoliu de competențe bazat pe achiziții și realizări relevante pentru domeniul său de activitate.
-------------------------	--

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea unei terminologii adecvate și formarea unor competențe metodico-organizatorice privind predarea disciplinei volei în învățământul de toate gradele.
7.2. Obiectivele specifice	- Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportivă – Volei - Argumentarea, interpretarea, operarea cu concepte privind omul – sistem bio-psiho-social hipercomplex și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv-educativ specific activităților de educație fizică și sportivă - Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice voleiului destinate învățării, consolidării și perfecționării elementelor și procedeele tehnice - Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor de acționare specifice jocului de volei Utilizarea unor sisteme de evaluare și apreciere a execuțiilor corecte pe componentele antrenamentului sportiv

8. Conținuturi

8.1. AI	Metode de predare	Nr. de ore	Observații
Descrierea și istoria jocului de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Conținutul jocului de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tehnica jocului de volei – generalități	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Elemente și procedee tehnice în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica jocului de volei - generalități	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Elementele tactice de atac și apărare în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Principiile tacticii folosite în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Sisteme de joc	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica colectivă folosită în atac în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica colectivă folosită în apărare în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica individuală folosită în atac în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Tactica individuală folosită în apărare în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Teste specifice pentru evaluarea în jocul de volei	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning

Diversitate în volei : Beachvolley, minivolei (4x4)	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Bibliografie obligatorie 1. Drugău S. - Voleiul în școală, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2023. 2. Regulamentul jocului de volei – F.I.V.B 3. Santa C. - Jocul de volei în școală, Ed. Casa Cărții de știință, Cluj-Napoca, 2016 4. Santa C. - Volei, Ed. Casa Cărții de știință, Cluj-Napoca, 2014 5. Conohova T. - Teoria și metodica jocului de volei, Ed. Pim, 2014 6. Ungur N. - Tehnologii inovative în volei – Ed. University Press, Targu Mures, 2015 7. Turcu I. Fundamentele științifice ale jocului de volei, note de curs de uz intern, UNITBV, 2025. Bibliografie facultativa 1. Larionescu V. - Educație fizică și sport, Ed. Aeternitas, Alba Iulia, 2014 Material didactic în tehnologie ID: Turcu, I., Fundamentele științifice ale jocului de volei – curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul II, sem. II, actualizat în 2025			
8.2. L	Metode de predare-învățare	Nr. de ore	Observații
Deplasarea în teren. Acomodarea cu mingea de volei	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovirea mingii cu două mâini de sus	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovirea mingii cu două mâini de jos	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Serviciul de sus din față	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Lovitura de atac	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Blocajul individual si colectiv	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Ridicarea pentru atac	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Așezarea în teren la primirea serviciului	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Sistemul de apărare cu jucătorul din Z6 avansat sau retras	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Sistemul de atac 4T+2R	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Exerciții pentru învățarea schimbului de locuri	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Exercitii pentru evaluarea dezvoltării fizice	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Joc cu teme care stimuleaza un anumit procedeu tehnic	lucrări practice	2	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Volei 2x 2; 4x4	lucrări practice	10	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Bibliografie obligatorie 1. Drugău S. - Voleiul în școală, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2023. 2. Regulamentul jocului de volei – F.I.V.B 3. Santa C. - Jocul de volei în școală, Ed. Casa Cărții de știință, Cluj-Napoca, 2016 4. Santa C. - Volei, Ed. Casa Cărții de știință, Cluj-Napoca, 2014 5. Conohova T. - Teoria și metodica jocului de volei, Ed. Pim, 2014 6. Ungur N. - Tehnologii inovative în volei – Ed. University Press, Targu Mures, 2015 7. Turcu I. Fundamentele științifice ale jocului de volei, note de curs de uz intern, UNITBV, 2025. Bibliografie facultativa 1. Larionescu V. - Educație fizică și sport, Ed. Aeternitas, Alba Iulia, 2014 Material didactic în tehnologie ID: Turcu, I., Fundamentele științifice ale jocului de volei – curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul II, sem. II, actualizat în 2025			

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico- practice educaționale prin

abordari interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.

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 / precizarea noțiunilor și conceptelor teoretice specifice disciplinei, 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). Evaluarea executării corecte a procedurilor tehnice și folosirea corectă a acestora în jocul de volei	30%
10.6. Standard minim de performanță			
Rezolvarea unei probleme bine definite (explicarea, demonstrarea, conceperea unor exerciții pentru învățarea tehnicii și tacticii jocului de volei), de complexitate medie, din domeniul educației fizice			

Prezentă 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. Ioan TURCU,
Titularul de curs (AI)

Conf. dr. Ioan TURCU,
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).