



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Dunărea de Jos” Galați
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică Și Sport
1.3 Catedra	Jocuri Sportive și Educație Fizică
1.4 Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5 Ciclul de studii	Licenta
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică și sportivă.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN ȘCOALĂ 0601.3OB30S						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Pârvu Carmen						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Pârvu Carmen						
2.4 Anul de studiu	3	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	5	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	3
3.4 Total ore din planul de învățământ	70	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	42
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					10
Examinări					15
Alte activități.....					10
3.7 Total ore studiu individual	80				
3.8 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

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	• Sală de curs cu videoproiector
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sala de sport cu materiale necesare, Sala de clasa cu videoproiector



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale

C1 Proiectare modulară (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.

- Analizarea cantitativă/calitativă și interpretarea documentelor de planificare în unitățile școlare și structurile sportive (lecții și activități de educație fizică și sportive).
- Aplicarea principiilor și metodelor de bază privind elaborarea deciziilor necesare muncii de proiectare și planificare a conținuturilor specifice activităților de educație fizică și sportive.
- Elaborarea documentelor de planificare și evidență potrivit didacticii educației fizice și sportive.
- Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și modelelor privind proiectarea și planificarea în activitățile de educație fizică și sport.
- Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato-funcționale ale elevilor și practicanților de activități corespunzătoare educației fizice și sportive.

Disciplina	Puncte de credit	Credite disciplină
Metodica predării voleiului în școală	1	6

C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă. Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială).

- Argumentarea, interpretarea și operarea cu concepte privind omul, sistem bio-psiho-social hipercomplex, precum 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 educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv.
- Conceperea, selectarea și aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerințele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităților practicanților activităților de educație fizică și sportive.
- Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive corespunzătoare programului de studiu.
- Identificarea modelelor și implementarea acestora în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor, dar și ale conducerii activităților de educație fizică și sportive.

Disciplina	Puncte de credit	Credite disciplină
Metodica predării voleiului în școală	1	6

C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calităților motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic.

- Aplicarea tehnicilor și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor și activităților de educație fizică și sportive.
- Elaborarea unui proiect de optimizare a desfășurării activităților de educație fizică și sportive.
- Folosirea feed-back-ului pentru optimizarea setului de mijloace aplicat în evaluarea diagnostică stadială
- Identificarea elementelor ambientale specifice aplicării tehnicilor și metodelor de diagnosticare stadială (primară) a nivelului creșterii, dezvoltării, dar și a calității motricității activităților de educație fizică și sport.
- Selectarea și introducerea conținuturilor corespunzătoare ciclurilor de învățământ/grad de pregătire/servicii sportive.

Disciplina	Puncte de credit	Credite disciplină
------------	------------------	--------------------



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



	Metodica predării voleiului în școală	1	6
	C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.		
	➤ Abordarea procesuală a motricității specifice mijloacelor educației fizice și sportive, prin folosirea legilor creșterii și dezvoltării fizice privind optimizarea capacității biomotrice. ➤ Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului. ➤ Formularea obiectivelor de instruire și de integrare socială pe cicluri de învățământ/nivel de vârstă/grad de pregătire/activități specifice. ➤ Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de performanță. ➤ Utilizarea metodologiilor, tehnicilor și procedeele de formare/perfecționare a deprinderilor necesare folosirii spațiului și timpului în scop de relaționare în activități specifice/lecții și activități de educație fizică și sportive		
	Disciplina	Puncte de credit	Credite disciplină
	Metodica predării voleiului în școală	1,5	6
	C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport. (0,50)		
	➤ Aplicarea principiului imparțialității în apreciere, precum și a egalității de șanse privind pregătirea și valorificarea acesteia în activitățile specifice și viața socială. ➤ Conceperea probelor de control în corelație cu obiectivele specifice ale educației fizice și sportive. ➤ Desfășurarea unor activități în scopul transmiterii, cultivării și aprecierii spiritului sportiv, fair-play-ului, respectului față de valorile sportului, eticii și legalității domeniului. ➤ Folosirea unor metode corespunzătoare științelor înrudite privind prelucrarea și interpretarea rezultatelor.		
	Utilizarea în comunicarea profesională a principiilor, regulilor și sistemelor specifice pentru aprecierea nivelului stadial al dezvoltării corporale armonioase, condiției fizice și a motricității.		
	Disciplina	Puncte de credit	Credite disciplină
	Metodica predării voleiului în școală	0,50	6
	Competențe transversale	• CT1. 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.	
Disciplina		Puncte de credit	Credite disciplină
Metodica predării voleiului în școală		0,50	6
CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.			
Disciplina		Puncte de credit	Credite disciplină
Metodica predării voleiului în școală		0,50	6

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	- Asimilarea competențelor teoretico-metodice referitoare la organizarea, desfășurarea și evaluarea activităților specifice disciplinei. - Însușirea metodelor de predare pentru elementele și procedeele tehnice din jocul de volei prevăzute în programa școlară.
7.2 Obiectivele specifice	Formarea deprinderilor motrice specifice necesare procesului de învățare și



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



consolidare si perfectionare a componentelor tehnico-tactice ale jocului.

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Locul voleiului în sistemul de educație fizică și sport. 2. Caracteristicile și structura jocului de volei și implicațiile acestora în instruire. 3. Stadiile instruirii – cerințe specifice și principii de bază. Traseul instruirii 4. Tehnica și tactica individuală. Sistematizarea acțiunilor 5. Acțiunile individuale din atac: serviciul, ridicarea pentru atac, lovitura de atac. 6. Acțiunile individuale în apărare: preluarea din serviciu, preluarea din atac, blocajul. 7. Acțiuni colective, sistematizarea tacticii colective.. 8. Tactica colectivă în atac și apărare. 9. Metode de predare a voleiului în lecția de educație fizică. 10. Mijloace de realizare a lecției de educație fizică cu temă din jocul de volei. 11. Voleiul în lecția de educație fizică -mijloc al educației fizice la ciclul gimnazial și liceal. 12. Voleiul de recreere, voleiul pe plajă și în instituțiile cu regim special. 13. Echipa reprezentativă a școlii. Organizarea competițiilor școlare, sisteme de disputare. 14. Regulamentul jocului de volei	Proiectare slide-uri Powerpoint prin utilizarea video- proiectorului Proiectare slide-uri Powerpoint prin utilizarea video- proiectorului Expunerea (prelegerea, explicația), conversația, dialogul, documentarea, analiza de documente. Prelegerea expunerea,conversați a euristica, metode de comunicare oral – vizuală (instruirea prin tehnicile video si audio. Expunerea,povestirea , explicatia, prelegerea, conversatia, problematizarea prin descoperire, Brainstormingul	2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 3 2
Bibliografie 1. Conohova Tatiana, Păcuraru Alexandru-(2014)- <i>Teoria și metodică jocului de volei</i>, Editura Pim, Iași , ISBN 9786061320752. 2. Niculescu M., Niculescu I., Malusaris G., Vladu L., (2008) – <i>Volei sub formă de întrebări și răspunsuri</i>, Editura Universitaria Craiova. 3. Pârvu Carmen , Sistem computerizat pentru învățare, corectare și evaluare la preluarea de jos cu două mâini-volei, 2016, Galați University Press, ISBN 978-606-696-063-2 4. Pârvu Carmen, Evaluarea și corectarea tehnicii la volei prin implementarea aparatelor moderne-ajutătoare, Editura Universitaria Craiova, 2017, ISBN 978-606-14-1145-0		



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



5. **Pârvu Carmen**, *Metodica predării voleiului în gimnaziu și liceu*, Editura Universitaria Craiova, 2017, ISBN 978-606-14-1146-7.
6. **Pascu, D., (2010)** – *Metodica în volei*, Editura Universitaria Craiova.
7. **Preda, C.,** Păcuraru, Al, (2012)- *Bazele teoretice și metodice volei*, Galați University Press ISBN 978-606-8348-40-7.
8. **Rada Larisa, Niculescu Mugurel, Niculescu Ionela –(2014)-Fundamentele jocului de volei**, Editura Universitaria Craiova.

8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
✓ Învățarea pozițiilor specifice și a deplasărilor în teren. Noțiuni minime de regulament. ✓ Metodica predării pasei de sus cu două mâini din față de pe loc. ✓ Metodica predării pasei de sus cu două mâini din față precedată de deplasare. ✓ Metodica predării serviciului de jos din față. ✓ Metodica predării preluării serviciului cu două mâini de sus. ✓ Metodica predării pasei de jos cu două mâini. ✓ Metodica predării preluării serviciului cu două mâini de jos. ✓ Conducerea de către studenți a unor lecții sau părți din lecția de volei. ✓ Metodica predării tecticii de joc -4 x 4; regula celor 3 lovituri, cel din zona 2 este ridicător; folosirea procedeelor tehnice învățate. ✓ Metodica predării serviciului de sus din față. ✓ Metodica predării loviturii de atac. ✓ Metodica predării blocajului individual și colectiv. ✓ Învățarea așezării în teren la efectuarea și primirea serviciului. ✓ Acțiuni tehnico-tactice în atac: 3 T+ 3R; 4T +2R; ✓ Acțiuni tehnico-tactice în apărare: C₂ avansat, C₂ retras. ✓ Structuri de exerciții pentru fixarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice.	Explicația, demonstrația, exercițiul, metoda jocului, exersarea analitică, exersarea global, metoda competiției Descrierea, explicația, demonstrația, conversația. Metode de verificare, apreciere, notare. Metoda simulării de situații, metoda exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, joc bilateral. Metoda explicației, demonstrației, exercițiului, metode de lucru în grup, individual și frontal, jocuri cu temă. Lecții privind formarea de priceperi și deprinderi motrice corespunzătoare jocului de volei	2 2 2 2 2 1 4 1 2 1 1 1 1 1 2 2 2
Bibliografie 1. Conohova Tatiana, Păcuraru Alexandru-(2014)- Teoria și metodica jocului de volei, Editura Pim, Iași , ISBN 9786061320752. 2. Niculescu M., Niculescu I., Malusaris G., Vladu L., (2008) – <i>Volei sub formă de întrebări și răspunsuri</i>, Editura Universitaria Craiova 3. Pârvu Carmen, <i>Metodica predării voleiului în gimnaziu și liceu</i>, Editura Universitaria Craiova, 2017, ISBN 978-606-14-1146-7. Rada Larisa, Niculescu Mugurel, Niculescu Ionela –(2014)-Fundamentele jocului de volei, Editura Universitaria Craiova		



R O M Â N I A
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



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

- Structurarea activității teoretice și practice în concordanță cu cerințele ariei curriculare „Educație fizică și sport” și ale sportului de masă și de performanță.
- Valorificarea propriilor cunoștințe, abilități și aptitudini în conceperea, organizarea și desfășurarea activităților voleibalistice pentru elevi din diferite forme de învățământ, precum și alte categorii de persoane.
- Conținutul disciplinei corespunde nivelului de aspirații al studenților și este elaborat în concordanță cu cerințele instituțiilor de învățământ de stat și particulare.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
Curs (40%)	Nivelul cunoștințelor teoretice	Examen scris grilă/oral/(față în față/platforma Microsoft Teams)	40%
Lucrări practice (60%)	Cantitatea și calitatea elementelor însușite, raportate la prevederile disciplinei. Progresul realizat de student în raport cu nivelul inițial (activități față în față/online)	Metode de evaluare scrisă : față în față (test grilă) / online platforma Microsoft Teams (test grilă)	40%
	Sustinerea unor teme sau momente de lecție/față în față/ online.	Metode de evaluare practică față în față –probe de control / online (Intervenții, analize video, susținere plan de lecție) platforma Microsoft Teams	10%
	Elaborarea/susținerea publică a unui proiect	Metode de evaluare scrisă /față în față/online	10%
10.6 Standard minim de performanță – îndeplinirea parțială a cerințelor fixate			
▪ Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): - Media notelor acordate la lucrările practice să fie minim 5 (cinci). - Frecvența la orele de lucrări practice să fie de 70-80%, iar conduita la activitățile teoretice să fie de un nivel academic corespunzător.			

Data completării

Semnătura titularului de curs
Conf. univ. dr. Pârvu Carmen

Semnătura titularului de seminar
Conf. univ. dr. Pârvu Carmen

2.10.2022

Data avizării în catedră

Semnătura șefului catedrei
Prof.univ.dr. Moiescu Petronel

2.10.2022