

**Calendarul disciplinei IFR**

Programul de studii: Educație fizică și sport IFR

Disciplina: Metodica predării voleiului în școală

A.IFR.2

Anul de studii: III

Grupa:

Semestrul: **V***Anexa*

CALENDARUL DISCIPLINEI
Anul universitar 2025-2026

Perioada	Săptămâna	SEMINAR FAȚĂ ÎN FAȚĂ (SF)		EVALUĂRI	
		Tematica abordată	Nr. ore	Data	Tipul (E/C/V)
Pregătire curentă	1	Învățarea deplasărilor specifice, poziția fundamentală. Noțiuni de regulament. Prezentarea programei școlare	2	12.10.2025	
	2	Pasa cu două mâini de sus din față de pe lă și din deplasare. Noțiuni de regulament. Programă școlară gimnaziu /liceu	2	12.10.2025	
	3	Pasa cu două mâini de sus din față de pe lă și din deplasare. Noțiuni de regulament. Programă școlară gimnaziu /liceu	2	26.10.2025	
	4	Pasa cu două mâini de jos. Noțiuni de regulament Programă școlară gimnaziu /liceu	2	26.10.2025	
	5	Serviciului de sus din față și de jos. Programă școlară gimnaziu /liceu	2	9.11.2025	
	6	Serviciului de sus din față și de jos. Programă școlară gimnaziu /liceu Învățarea așezării în teren la efectuarea și la primirea serviciului. Joc cu tema	2	9.11.2025	

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca

Tel.: 0264 – 420709

<https://sport.ubbcluj.ro>



7	Acțiuni de lovire prin exersare în structuri de trei lovituri, cu trimiterea mingii peste fileu și prin joc 3x3 pe teren redus, cu regulament modificat(adaptat).	2	23.11.2025		
8	Ridicarea pentru atac și a loviturii de atac pe direcția elanului. Comparații în atac. Programa școlară gimnaziu /liceu	2	23.11.2025		
9	Blocajul individual și colectiv. Programa școlară gimnaziu /liceu	2	7.12.2025		
10	Structuri de exerciții pentru perfecționarea acțiunilor de bază Sistemul de joc cu jucătorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema. Programa școlară gimnaziu /liceu Programa școlară gimnaziu /liceu	2	7.12.2025		
11	Structuri de exerciții pentru perfecționarea acțiunilor de bază Sistemul de joc cu jucătorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema.	2	21.12.2025		
12	Structuri de exerciții pentru perfecționarea acțiunilor de bază Sistemul de joc cu jucătorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema. Programa școlară gimnaziu /liceu	2	21.12.2025		
13	Structuri de exerciții pentru perfecționarea acțiunilor de bază Sistemul de joc cu jucătorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema. Programa școlară gimnaziu /liceu	2	18.01.2026		
14	Structuri de exerciții pentru perfecționarea acțiunilor de bază Sistemul de joc cu jucătorul din zona 6 retras și avansat Joc cu tema. Programa școlară gimnaziu /liceu	2	18.01.2026		

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca

Tel.: 0264 – 420709

<https://sport.ubbcluj.ro>



Sesiune examine	1			Conform planificarii din sesiune	examen
	2			Conform planificarii din sesiune	examen
	3			Conform planificarii	examen
	4			Conform planificarii	examen

E – examen, **C** – colocviu, **V** – verificare pe parcurs

Coordonator de disciplină,

Conf.univ.dr. Santa Cristian

Asistent,