

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT al promoției 2025 - 2027

Universitatea Transilvania din Brașov

Programul de studii universitare de masterat	PERFORMANȚĂ UMANĂ ÎN ANTRENAMENTUL SPORTIV (în limba engleză)
Domeniul fundamental	Știința Sportului și Educației Fizice
Domeniul de masterat	Știința sportului și educației fizice
Facultatea	Facultatea de Educație fizică și sporturi montane
Durata studiilor:	2 ANI
Forma de învățământ:	cu frecvență

1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Obiectivul general al programului de studii este acela de aprofundare a cunoștințelor de specialitate achiziționate în ciclul de licență în domeniul Științei sportului și educației fizice și de formare a competențelor avansate pe linie profesională.

Obiectivul general al programului de studii de masterat profesional Performanță umană în antrenamentul sportiv (în limba engleză) este direcționat către formarea academică a cadrelor didactice de specialitate prin dezvoltarea de competențe profesionale și transversale specifice domeniului fundamental Știința sportului și educației fizice. Programul de studii asigură aprofundarea de cunoștințe fundamentale și de specialitate, precum și formarea de abilități și responsabilități specializate pe direcția optimizării performanței umane și a procesului de antrenament sportiv.

Programul de studii universitare de masterat profesional denumit Performanță umană în antrenamentul sportiv (în limba engleză), se adresează în general absolvenților de licență din domeniul Educație fizică și sport având misiunea de a asigura cadrul general teoretic, metodologic și operațional pentru înțelegerea, extrapolarea și relaționarea informațiilor specifice în vederea dezvoltării gândirii creatoare și a inovării în domeniul antrenamentului sportiv și a optimizării performanței sportive umane. Caracterul programului de studii este axat pe componenta vocațională, acesta oferind absolventului posibilități multiple de manifestare profesională prin caracterul interdisciplinar al disciplinelor oferite spre studiu și de abordare a demersului didactic în conformitate cu învățământul contemporan, compatibil cu cerințele educaționale ale Uniunii Europene.

Diploma de studii conferită prin finalizarea programului de studii universitare de masterat profesional denumit Performanță umană în antrenamentul sportiv (în limba engleză), se numește diplomă de masterat.

Programul are la bază un demers integrat, care îmbină dimensiunea teoretică cu cea aplicativă, în acord cu cerințele Cadrului Național al Calificărilor (CNC) și al Cadrului European al Calificărilor (EQF), nivelul 7 – masterat.

2. COMPETENȚE ȘI REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII

Programul de studii are validată calificarea în Registrului Național al Calificărilor în Învățământul Superior, conform deciziei numărul 3465 din 24.02.2022, având cod COR ESCO-08 233001 - profesor în învățământul liceal.

Pe lângă această calificare, cadrul legislativ oferă și calificarea de antrenor într-o ramură sportivă, conform O.M. pentru modificarea anexei la O.M. Tineretului și Sportului 553/2019 privind aprobarea modelului Protocolului pentru formarea și atestarea ca antrenor într-o ramură de sport., cod COR 08 324201.

Profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu cadrul național al calificărilor, precum și cu rezultatele învățării asociate acestor competențe este prezentat sintetic în ceea ce urmează. Prezentarea detaliată a competențelor și a rezultatelor învățării se regăsește în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

COMPETENȚE PROFESIONALE DE BAZĂ (CP)

CP1 Gestioneaza resursele utilizate în scopuri educaționale

Rezultatele învățării

1.1. Cunoștințe

R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

R.Î. 1.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 1.1.3. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

1.2. Abilități

R.Î. 1.2.1. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 1.2.2. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

R.Î. 1.2.3. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 1.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 1.3.2. Studentul / absolventul utilizează în mod optim materialele și instalațiile sportive.

R.Î. 1.3.3. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

CP2 Utilizează strategii pedagogice pentru creativitate

Rezultatele învățării

2.1. Cunoștințe

R.Î. 2.1.1. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

R.Î. 2.1.2. Studentul / absolventul definește noțiunile generale ale domeniului astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.

R.Î. 2.1.3. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

2.2. Abilități

R.Î. 2.2.1. Studentul / absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate.

R.Î. 2.2.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică programe formative, educative și de recuperare.

R.Î. 2.2.3. Studentul / absolventul inovează programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți.

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 2.3.1. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

R.Î. 2.3.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a întocmi programe de reabilitare funcțională.

R.Î. 2.3.3. Studentul / absolventul adaptează stilul didactic în funcție de particularitățile de vârstă, nivelul de pregătire și nevoile creative ale subiecților.

CP3. Oferă feedback constructiv

Rezultatele învățării

3.1. Cunoștințe

R.Î. 3.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 3.1.2. Studentul / absolventul cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup.

R.Î. 3.1.3. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

3.2. Abilități

R.Î. 3.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 3.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 3.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 3.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 3.3.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea asupra intervențiilor pe baza noțiunilor fundamentale dobândite.

R.Î. 3.3.3. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

CP4. Pregătește conținutul lecției

Rezultatele învățării

4.1. Cunoștințe

R.Î. 4.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 4.1.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup.

R.Î. 4.1.3. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

4.2. Abilități

R.Î. 4.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 4.2.2. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 4.2.3. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

c.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 4.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 4.3.2. Studentul / absolventul întocmește documente de planificare a activității specifice.

R.Î. 4.3.3. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

CP5. Dezvoltă materiale educaționale digitale

Rezultatele învățării

5.1. Cunoștințe

R.Î. 5.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 5.1.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup.

R.Î. 5.1.3. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

5.2. Abilități

R.Î. 5.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 5.2.2. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 5.2.3. Studentul / absolventul Inovează programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți.

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 5.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 5.3.2. Studentul / absolventul întocmește documente de planificare a activității specifice.

R.Î. 5.3.3. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

CP6. Evaluează progresul practicanților activităților fizice

Rezultatele învățării

6.1. Cunoștințe

R.Î. 6.1.1. Studentul / absolventul evaluează activitățile sportive în vederea realizării obiectivelor de instruire.

R.Î. 6.1.2. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

R.Î. 6.1.3. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practice a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții sau performanței sportive.

6.2. Abilități

R.Î. 6.2.1. Studentul / absolventul selectează și combină criterii și metode de evaluare a indicilor somatici, funcționali motrici și psihici.

R.Î. 6.2.2. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

R.Î. 6.2.3. Studentul / absolventul evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 6.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează dezvoltarea somato-funcțională și psihomotrică.

R.Î. 6.3.2. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psihomotrice și sociale.

R.Î. 6.3.3. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică.

COMPETENȚE PROFESIONALE SPECIFICE PROGRAMULUI

CP7. Oferă instruire în domeniul sportiv

Rezultatele învățării

7.1. Cunoștințe

R.Î. 7.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere..

R.Î. 7.1.2. Studentul / absolventul dobândește cunoștințe fundamentale și aplicative necesare realizării și diseminării rezultatelor cercetării științifice.

R.Î. 7.1.3. Studentul / absolventul cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup.

7.2. Abilități

R.Î. 7.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 7.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 7.2.3. Studentul / absolventul identifică teme și subiecte de cercetare, specifice domeniului.

R.Î. 7.2.4. Studentul / absolventul identifică structuri anatomice ale organismului uman, descrie aspectele funcționale ale organismului uman și descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare.

R.Î. 7.2.5. Studentul / absolventul descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare.

R.Î. 7.2.6. Studentul / absolventul argumentează importanța cunoașterii anatomiei și fiziologiei organismului uman în general și solicitările acestuia în timpul efortului fizic, în mod special.

7.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 7.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 7.3.2. Studentul / absolventul aplică în mod autonom și responsabil abilitățile, cunoștințele teoretice și practice dobândite.

R.Î. 7.3.3. Studentul / absolventul promovează abordările științifice de actualitate în activitățile de cercetare derulate.

R.Î. 7.3.4. Studentul / absolventul demonstrează obiectivitate și rigurozitate științifică în prelucrarea datelor științifice raționamente și intervenții specifice.

R.Î. 7.3.5. Studentul / absolventul respectă normele eticii și integrității în cercetare.

CP8. Aplică managementul riscurilor în domeniul sportiv

Rezultatele învățării

8.1. Cunoștințe

R.Î. 8.1.1. Studentul / absolventul Identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 8.1.2. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

8.2. Abilități

R.Î. 8.2.1. Studentul / absolventul evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora.

R.Î. 8.2.2. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

8.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 8.3.1. Studentul / absolventul utilizează în mod optim materialele și instalațiile sportive.

R.Î. 8.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 8.3.3. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

CP9. Organizează activități de formare

Rezultatele învățării

9.1. Cunoștințe

R.Î. 9.1.1. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 9.1.2. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

R.Î. 9.1.3. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

9.2. Abilități

R.Î. 9.2.1. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.

R.Î. 9.2.2. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

R.Î. 9.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

9.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 9.3.1. Studentul / absolventul coordonează activități formative, luând decizii informate și asumându-și responsabilitatea pentru siguranța și succesul acestora.

R.Î. 9.3.2. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

R.Î. 9.3.3. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

CP10. Planifică programul de pregătire sportivă

Rezultatele învățării

10.1. Cunoștințe

R.Î. 10.1.1. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup.

R.Î. 10.1.2. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 10.1.3. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

10.2. Abilități

R.Î. 10.2.1. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 10.2.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a întocmi programe de reabilitare funcțională.

R.Î. 10.2.3. Studentul / absolventul proiectează și planifică programe formative, educative și de recuperare.

R.Î. 10.2.4. Studentul / absolventul învețe programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți.

10.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 10.3.1. Studentul / absolventul întocmește documente de planificare a activității specifice.

R.Î. 10.3.2. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

R.Î. 10.3.3. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 10.3.4. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

CP11. Personalizează programul de antrenament sportiv

Rezultatele învățării

11.1. Cunoștințe

R.Î. 11.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 11.1.2. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

R.Î. 11.1.3. Studentul / absolventul definește noțiunile generale ale domeniului astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.

11.2. Abilități

R.Î. 11.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 11.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 11.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

R.Î. 11.2.4. Studentul / absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate.

11.3. Responsabilitate și autonomie.

R.Î. 11.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 11.3.2. Studentul / absolventul aplică în mod autonom și responsabil abilitățile, cunoștințele teoretice și practice dobândite.

R.Î. 11.3.3. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

R.Î. 11.3.4. Studentul / absolventul identifică și exemplifică actele și acțiunile motrice.

R.Î. 11.3.5. Studentul / absolventul comunică eficient și utilizează terminologia specifică.

CP12. Motivează sportivii

Rezultatele învățării

12.1. Cunoștințe

R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 12.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 12.1.3. Studentul / absolventul cunoaște normele și principiile eticii și deontologiei.

12.2. Abilități

R.Î. 12.2.1. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

R.Î. 12.2.2. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.

R.Î. 12.2.3. Studentul / absolventul folosește un limbaj corespunzător din punct de vedere academic și profesional.

12.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 12.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică;

R.Î. 12.3.2. Studentul / absolventul coordonează activități formative, luând decizii informate și asumându-și responsabilitatea pentru siguranța și succesul acestora.

R.Î. 12.3.3. Studentul / absolventul respectă principiile eticii și deontologiei.

R.Î. 12.3.4. Studentul / absolventul conștientizează în mod autonom și responsabil limitele impuse de cunoștințele și abilitățile dobândite.

R.Î. 12.3.5. Studentul / absolventul comunică responsabil, cu respectarea principiilor etice și deontologice.

COMPETENȚE TRANSVERSALE

CT1. Dă dovadă de inițiativă, hotărâre, auto-reflecție, curiozitate și dorință de învățare

Rezultatele învățării

1.1. Cunoștințe

R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 1.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

1.2. Abilități

R.Î. 1.2.1. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

R.Î. 1.2.2. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.

R.Î. 1.2.3. Studentul / absolventul folosește un limbaj corespunzător din punct de vedere academic și profesional.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 1.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică;

R.Î. 1.3.2. Studentul / absolventul conștientizează în mod autonom și responsabil limitele impuse de cunoștințele și abilitățile dobândite.

R.Î. 1.3.3. Studentul / absolventul participă constant la programe de formare profesională continuă, în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

CT2. Lucrează în echipe, construiește spirit de echipă, îi conduce pe alții și delege responsabilități

Rezultatele învățării

2.1. Cunoștințe

R.Î. 2.1.1. Studentul / absolventul înțelege dinamica de grup și rolurile individuale în funcționarea eficientă a echipei.

R.Î. 2.1.2. Studentul / absolventul cunoaște tehnicile de leadership, motivare și delegare eficientă a responsabilităților.

2.2. Abilități

R.Î. 2.2.1. Studentul / absolventul coordonează activitățile de grup, promovând coeziunea și spiritul de echipă.

R.Î. 2.2.2. Studentul / absolventul delege responsabilități în mod echitabil și eficient, ținând cont de competențele și potențialul membrilor echipei.

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 2.3.1. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

R.Î. 2.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă în preluarea rolului de lider atunci când este necesar și sprijină dezvoltarea celorlalți membri ai echipei.

CT3. Moderează discuții, negociază compromisuri, soluționează conflicte, arată empatie și are o minte deschisă

Rezultatele învățării

3.1. Cunoștințe

R.Î. 3.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 3.1.2. Studentul / absolventul înțelege tehnicile de negociere, mediere și gestionare constructivă a conflictelor.

R.Î. 3.1.3. Studentul / absolventul cunoaște principiile de comunicare asertivă și eficientă în contexte diverse.

3.2. Abilități

R.Î. 3.2.1. Studentul / absolventul dezvoltă și adaptează activitățile fizice, indiferent de nivelul de abilități al practicantului, promovând incluziunea și egalitatea de șanse.

R.Î. 3.2.2. Studentul / absolventul negociază soluții echitabile prin identificarea punctelor comune și acceptarea compromisurilor benefice pentru toate părțile implicate.

R.Î. 3.2.3. Studentul / absolventul moderează discuții într-un mod echilibrat, asigurând participarea activă și respectul reciproc între participanți.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 3.3.1. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 3.3.2. Studentul / absolventul dă dovadă de autonomie în inițierea proceselor de mediere și soluționare a conflictelor, fără a evita confruntările necesare.

R.Î. 3.3.3. Studentul / absolventul promovează constant respectul pentru diversitate, manifestând o atitudine empatică și deschisă față de idei, valori și opinii diferite.

CT4. Promovează principiile democrației și ale statului de drept și își exercită drepturile și responsabilitățile

Rezultatele învățării

4.1. Cunoștințe

R.Î. 4.1.1. Studentul / absolventul cunoaște principiile fundamentale ale democrației, ale statului de drept și ale drepturilor omului.

R.Î. 4.1.2. Studentul / absolventul înțelege rolul cetățeanului într-o societate democratică, inclusiv a drepturilor, îndatoririlor și responsabilităților civice.

4.2. Abilități

R.Î. 4.2.1. Studentul / absolventul participă activ la viața comunității academice, susținând valorile democratice și implicându-se în procese decizionale la nivel local sau instituțional.

R.Î. 4.2.2. Studentul / absolventul apără și promovează drepturile fundamentale, atât proprii cât și ale celorlalți, prin dialog și acțiuni responsabile.

4.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 4.3.1. Studentul / absolventul își exercită în mod conștient și responsabil drepturile civile, politice și sociale, respectând în același timp drepturile celorlalți.

R.Î. 4.3.2. Studentul / absolventul manifestă autonomie și inițiativă în promovarea valorilor democratice, .

CT5. Se exprimă într-un mod creativ și utilizează software de comunicare și colaborare

Rezultatele învățării

5.1. Cunoștințe

R.Î. 5.1.1. Studentul / absolventul se familiarizează cu funcționalitățile esențiale ale aplicațiilor și platformelor de comunicare și colaborare

R.Î. 5.1.2. Studentul / absolventul înțelege modul în care tehnologiile digitale pot sprijini lucrul colaborativ, schimbul de idei și realizarea de proiecte interactive și inovatoare.

5.2. Abilități

R.Î. 5.2.1. Studentul / absolventul utilizează eficient software de comunicare și colaborare pentru a facilita schimbul de informații, coordonarea echipei și dezvoltarea proiectelor sportive și educaționale

R.Î. 5.2.2. Studentul / absolventul integrează instrumente digitale (prezentări interactive, platforme colaborative, resurse multimedia) pentru a susține și valorifica exprimarea creativă în activitățile educaționale și sportive

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 5.3.1. Studentul / absolventul manifestă autonomie în alegerea și combinarea creativă a resurselor și aplicațiilor digitale pentru a atinge obiectivele propuse

R.Î. 5.3.2. Studentul / absolventul încurajează inițiativa și participarea activă în echipe, promovând un mediu de lucru colaborativ și inovator, bazat pe respect reciproc și exprimare liberă

CT6. Respectă diversitatea valorilor și a normelor culturale

Rezultatele învățării

6.1. Cunoștințe

R.Î. 6.1.1. Studentul / absolventul cunoaște conceptele fundamentale privind diversitatea culturală, valorile, tradițiile și normele sociale specifice diferitelor comunități.

R.Î. 6.1.2. Studentul / absolventul înțelege importanța respectului reciproc, a toleranței și a incluziunii într-o societate multiculturală.

6.2. Abilități

R.Î. 6.2.1. Studentul / absolventul recunoaște și valorizează diferențele culturale în comportamente, perspective și practici sociale sau profesionale.

R.Î. 6.2.2. Studentul / absolventul comunică eficient și deschis cu persoane din medii culturale diverse, adaptându-și atitudinea și limbajul pentru a facilita înțelegerea reciprocă.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 6.3.1. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a promova un climat de respect și acceptare față de diversitatea culturală în orice context social sau profesional.

R.Î. 6.3.2. Studentul / absolventul demonstrează autonomie în adoptarea unor comportamente etice și incluzive, indiferent de mediul cultural în care își desfășoară activitatea.

3. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 4

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 14

Numărul de săptămâni: 56

	Activități didactice		Sesiuni de examene			Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe	Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	3	4	2	2	1	12
Anul II	14	14	3	3	2	2	1	-

4. ASIGURAREA FLEXIBILIZĂRII INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin discipline opționale și discipline facultative.

Disciplinele opționale sunt propuse pentru semestrele III - IV, prin pachete de discipline de specialitate.

5. CONDIȚII DE ÎNSCRIERE ÎN ANUL DE STUDII URMĂTOR. CONDIȚII DE PROMOVARE A UNUI AN DE STUDII

Înscrierea în anul următor este condiționată de întrunirea condițiilor de promovare cuprinse în *Regulamentul privind activitatea profesională a studenților*.

6. CONDIȚII DE FRECVENTARE A DISCIPLINELOR FACULTATIVE

Prezentul Plan de învățământ cuprinde, pe lângă disciplinele obligatorii și la alegere (opționale) și discipline facultative.

7. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE MASTERAT

Condițiile de susținere a examenului de disertație sunt prezentate în *Metodologia de finalizare a studiilor*, aprobată de Senatul Universității. Conform acestei metodologii, prezentarea la examenul de disertație este condiționată de promovarea tuturor disciplinelor prevăzute în planul de învățământ.

EXAMENUL DE DISERTAȚIE

1. Perioada de întocmire a disertației: semestrele 3-4;
2. Perioada de finalizare a disertației: ultimele 3 săptămâni din anul terminal;
3. Perioada de susținere a examenului de disertație: luna iunie-iulie;
4. Numărul de credite pentru susținerea disertației: 10.

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de masterat: **PERFORMANȚĂ UMANĂ ÎN ANTRENAMENTUL SPORTIV (în limba engleză)**

Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Domeniul de masterat: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Durata studiilor: **2 ani**

Forma de învățământ: **Cu frecvență**

ANUL I

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I								Semestrul II											
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr				
1	Etică și integritate academică	DAP	DI	1	1	0	0	122	0	E	5												
2	Selecția si orientarea sportivă	DAP	DI	1	1	0	0	122	0	C	5												
3	Fundamentele științifice ale antrenamentului sportiv și competiției	DAP	DI	2	2	0	0	94	0	E	5												
4	Fitness și estetică corporală	DAP	DI	1	1	0	0	122	0	E	5												
5	Organizarea și planificarea competițiilor sportive	DAP	DI	1	1	0	0	122	0	C	5												
6	Specializare într-o ramură sportivă (fotbal, volei, baschet, handbal, gimnastică, atletism, natație, schi)	DAP	DI	2	0	2	2	66	0	E	5												
1	Planificarea și programarea antrenamentului sportiv	DAP	DI									2	1	0	0	108	0	E	5				
2	Fiziologia și biochimia efortului fizic	DSI	DI									1	1	0	0	122	0	E	5				
3	Evaluare avansată în sportul de performată	DAP	DI									1	2	0	0	108	0	E	5				
4	Cercetare avansată în sportul de performanță	DAP	DI									1	1	0	0	122	0	E	5				
5	Amenajarea si administrarea bazelor sportive	DAP	DI									1	1	0	0	122	0	C	5				
6	Specializare într-o ramură sportiv(fotbal, volei, baschet, handbal, gimnastică, atletism, natație, schi)	DAP	DI									2	0	2	2	66	0	E	5				
Total				8	6	2	2	648	0	E	C	V	30	8	6	2	2	648	0	E	C	V	30
										4	2	0								5	1	0	
Total ore didactice pe săptămână				18								18											

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Facultativ	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I								Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	Pr	V		Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V		Cr	
1	Voluntariat în sport	DAP	DFc	0	0	0	0	0	0			0										
2	Voluntariat în sport	DSI	DFc										0	0	0	0	0	0		0		
Total				0	0	0	0	0	0	E	C	V	0	0	0	0	0	0	E	C	V	0
										0	0	0							0	0	0	
										Total ore didactice pe săptămână									0			
				0									0									

Legendă:

C₁* = *criteriul conținutului*: **DAP** - discipline de aprofundare **DSI** - discipline de sinteză
DCA - discipline de cunoaștere avansată
C₂** = *criteriul obligativității*: **DI** - discipline obligatorii (impuse) **DO**-discipline opționale
DFc-discipline facultative

SI = ore de studiu individual

RECTOR,
PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de masterat: **PERFORMANȚĂ UMANĂ ÎN ANTRENAMENTUL SPORTIV** (în limba engleză)

Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Domeniul de masterat: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Durata studiilor: **2 ani**

Forma de învățământ: **Cu frecvență**

ANUL II

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I								Semestrul II											
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr				
2	Control și învățare neuro motrică	DAP	DI	2	1	0	0	108	0	E	5												
3	Tehnologii informatice aplicate în monitorizarea performanței sportive	DAP	DI	1	0	2	0	108	0	E	5												
5	Doping și nutriție în sport	DAP	DI	1	1	0	0	122	0	C	5												
1	Pregătirea lucrării de disertație	PLD	DI									0	0	0	4	94	0	E	5				
2	Management și marketing în sportul de performanță	DSI	DI									1	1	0	0	122	0	E	5				
3	Consiliere sportivă și coaching	DAP	DI									2	1	0	0	108	0	E	5				
4	Prevenirea accidentelor și recuperarea în sportul de performanță	DSI	DI									1	2	0	0	108	0	E	5				
Total				4	2	2	0	338	0	E	C	V	15	4	4	0	4	432	0	E	C	V	20
										2	1	0								4	0	0	
Total ore didactice pe săptămână				8								12											

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Optional	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I								Semestrul II							
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr
1	Practica de specialitate în structuri de pregătire în sporturile colective	PS	DO	0	0	0	6	66	0	C	5								
1	Practica de specialitate în structuri de pregătire în sporturile individuale	PS	DO	0	0	0	6	66	0	C	5								
4	Legislație sportivă	DAP	DO	1	1	0	0	122	0	E	5								
4	Voluntariat în activitatea sportivă	DAP	DO	1	1	0	0	122	0	E	5								
6	Sisteme și echipamente de cercetare în performanță	DSI	DO	1	1	0	0	122	0	E	5								

	sportivă																						
6	Statistică aplicată în sportul de performanță	DSI	DO	1	1	0	0	122	0	E	5												
5	Antrenamentul sportiv pentru persoanele cu nevoi speciale	DSI	DO									1	1	0	0	122	0	C	5				
5	Traumatologie sportivă și măsuri de prim ajutor	DSI	DO									1	1	0	0	122	0	C	5				
6	Psihologia grupului sportiv	DSI	DO									2	1	0	0	108	0	C	5				
6	Tehnici de comunicare în performanța sportivă	DSI	DO									2	1	0	0	108	0	C	5				
Total				2	2	0	6	376	0	E	C	V	15					230	0	E	C	V	10
										2	1	0								0	2	0	
Total ore didactice pe săptămână				10								5											

Legendă:

C₁* = criteriul conținutului: **DAP** - discipline de aprofundare **DSI** - discipline de sinteză

DCA - discipline de cunoaștere avansată

C₂** = criteriul obligativității: **DI** - discipline obligatorii (impuse) **DO**-discipline opționale

DFc-discipline facultative

SI = ore de studiu individual

RECTOR,
PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Ministerul Educației

Universitatea Transilvania din Brașov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de masterat: **PERFORMANȚĂ UMANĂ ÎN ANTRENAMENTUL SPORTIV** (în limba engleză)

Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Domeniul de masterat: **Știința Sportului și Educației Fizice**

Durata studiilor: **2 ani**

Forma de învățământ: **Cu frecvență**

BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Obligativ	504	280	784	78,87	
2	Optional	0	210	210	21,13	
	Total	504	490	994	100	
3	Facultativ	0	0	0		

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Disciplină de aprofundare	476	182	658	66,2	
2	Disciplină de sinteză	28	168	196	19,72	
3	Practică de specialitate (NU SE INMULTESC)	0	84	84	8,45	
4	Practică pentru elaborarea lucrării de disertație (NU SE INMULTESC)	0	56	56	5,63	
	Total	504	490	994	100	

BILANȚ GENERAL III

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Practică de specialitate (NU SE INMULTESC)	0	84	84	60	
2	Practică pentru elaborarea lucrării de disertație (NU SE INMULTESC)	0	56	56	40	
	Total	0	140	140	100	

RECTOR,
PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA