

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

al promoției 2026-2029

UNIVERSITATEA TRANSILVANIA DIN BRAȘOV

Programul de studii universitare de licență:	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ
Domeniul fundamental:	Știința Sportului și Educației Fizice
Domeniul de licență:	Educație Fizică și Sport
Facultatea:	Educație Fizică și Sporturi Montane
Durata studiilor:	3 ani
Forma de învățământ:	cu frecvență redusă (IFR)

1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Obiectivul general al programului de studii Educație fizică și sportivă este de a oferi o formare academică și practică solidă, menită să dezvolte competențe profesionale, interdisciplinare și transversale necesare unei cariere în domeniul Știința Sportului și Educației Fizice. Programul de studii vizează pregătirea de specialiști capabili să proiecteze, să implementeze și să evalueze activități motrice educaționale și de performanță, în contexte formale și nonformale, contribuind la promovarea unui stil de viață activ și sănătos, a incluziunii sociale și a educației prin mișcare.

2. COMPETENȚE ȘI REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII

Programul de studii conferă calificarea de licențiat în Educație fizică și sport, fiind înregistrat în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior (RNCIS) cu codul RO/06/0114/010 și este compatibil cu Cadrul Național al Calificărilor (CNC) și cu Cadrul European al Calificărilor (EQF), nivel 6. Programul este înscris în RNCIS cu coordonatele: cod 2330 – Profesor în învățământul secundar; ocupații – Profesor în învățământul gimnazial (COR 233002), Profesor în învățământul primar (COR/ESCO 2341). Profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu nevoile identificate pe piața muncii și cu cadrul național al calificărilor, precum și rezultatele învățării asociate acestor competențe sunt prezentate sintetic mai jos. Prezentarea detaliată a acestora se regăsește în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

COMPETENȚE PROFESIONALE DE BAZĂ (CP)

Competențele dezvoltate prin acest program de studii includ:

- A. Competențe profesionale de bază, corespunzătoare domeniului fundamental Știința sportului și educației fizice.
- B. Competențe profesionale specifice domeniului de licență.
- C. Competențe profesionale specifice programului de studii, în acord cu sarcinile și activitățile ESCO.

A. COMPETENȚE PROFESIONALE DE BAZĂ ȘI REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII PENTRU DOMENIUL FUNDAMENTAL ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE (CPDF)

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice.

Rezultatele învățării:

1.1. Cunoștințe:

R.Î.1.1.1. Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

1.2. Aptitudini:

R.Î.1.2.1. Studentul/Absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

R.Î.1.2.2. Studentul/Absolventul colectează, selectează și prelucerează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale.

1.3. Responsabilitate și autonomie:

R.Î.1.3.1. Studentul/Absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

R.Î.1.3.2. Studentul/Absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicei specifice domeniului.

R.Î.1.3.3. Studentul/Absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar.

Rezultatele învățării:

2.1. Cunoștințe:

R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

2.2. Aptitudini:

R.Î.2.2.1 Studentul/Absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

R.Î.2.2.2. Studentul/Absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

2.3. Responsabilitate și autonomie:

R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

B. COMPETENȚE PROFESIONALE ȘI REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII SPECIFICE DOMENIULUI DE LICENȚĂ „EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT” (CPSL)

CPSL1. Aplică noțiunile fundamentale și principiile generale ale educației fizice și sportului în contexte formative și performanțiale.

1.1. Cunoștințe

R.Î.1.1.1. Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.

1.2. Aptitudini

R.Î.1.2.1. Studentul/Absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate.

R.Î.1.2.2. Studentul/Absolventul clasifică formele de organizare și practicare a activității de educație fizică și sport.

- R.Î.1.2.3. Studentul/Absolventul analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului.
- R.Î.1.2.4. Studentul/Absolventul identifică și interpretează tipologia constituțională (somatofuncțională, motrică și psihică).
- R.Î.1.2.5. Studentul/Absolventul integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță.
- R.Î.1.2.6. Studentul/Absolventul utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice.

1.3. Responsabilitate și autonomie

- R.Î.1.3.1. Studentul/Absolventul exemplifică acte, acțiuni și activități motrice.
- R.Î.1.3.2. Studentul/Absolventul oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței în funcție de principiile și metodele învățate.
- R.Î.1.3.3. Studentul/Absolventul adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicare a acestuia.
- R.Î.1.3.4. Studentul/Absolventul selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale indivizilor.
- R.Î.1.3.5. Studentul/Absolventul creează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup.
- R.Î.1.3.6. Studentul/Absolventul adoptă decizii independente privind ritmul de asimilare a cunoștințelor și aptitudinilor motrice.
- R.Î.1.3.7. Studentul/Absolventul argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.

CPSL2. Utilizează cunoștințele fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie în gestionarea eficientă a efortului fizic sportiv.

2.1. Cunoștințe

- R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul explică și descrie noțiunile fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie, a fundamentelor bio-mecanice și comportamentale ale activităților motrice, în scopul utilizării eficiente pentru gestionarea efortului fizic sportiv.

2.2. Aptitudini

- R.Î.2.2.1. Studentul/Absolventul identifică structuri anatomice ale organismului uman și relațiile cu funcțiile acestora.
- R.Î.2.2.2. Studentul/Absolventul prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametri de mișcare.
- R.Î.2.2.3. Studentul/Absolventul caracterizează efortul fizic în funcție de particularitățile somatofuncționale, motrice și psihice ale organismului uman.

2.3. Responsabilitate și autonomie

- R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul argumentează rolul aparatelor și sistemelor corpului uman în efectuarea actelor și acțiunilor motrice.
- R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul recunoaște parametri de mișcare ai acțiunilor motrice.
- R.Î.2.3.3. Studentul/Absolventul stabilește parametri efortului fizic în funcție de obiectivele de instruire.

CPSL3. Valorifică cunoștințele psihologice și psihomotrice în activitățile fizice și sportive.

3.1. Cunoștințe

- R.Î.3.1.1. Studentul/Absolventul descrie structura, principiile și mecanismele de bază ale evoluției și funcționării psihicului uman, relația sistemică subiect-mediul, metodele și tehnicile de evaluare a caracteristicilor psihomotrice la diferite vârste, în contextul practicării exercițiilor fizice.

3.2. Aptitudini

- R.Î.3.2.1. Studentul/Absolventul explică rolul proceselor cognitive în comportamentul motric uman.
- R.Î.3.2.2. Studentul/Absolventul prezintă rolul manifestărilor socio-afective în modelarea comportamentului motric.
- R.Î.3.2.3. Studentul/Absolventul ilustrează influența exercițiilor fizice asupra relațiilor sociale.

3.3. Responsabilitate și autonomie

- R.Î.3.3.1. Studentul/Absolventul alege mijloace de instruire care să favorizeze manifestarea și dezvoltarea proceselor cognitive.
- R.Î.3.3.2. Studentul/Absolventul formulează situații de instruire care să modeleze manifestări socioafective în practicarea exercițiilor fizice.
- R.Î.3.3.3. Studentul/Absolventul gestionează relațiile interumane în contextul practicării exercițiilor fizice.

CPSL4. Utilizează exercițiile fizice ca mijloace de instruire adaptate obiectivelor motrice și particularităților individuale.

4.1. Cunoștințe

- R.Î.4.1.1. Studentul/Absolventul definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice.

4.2. Aptitudini

- R.Î.4.2.1. Studentul/Absolventul identifică forma și conținutul exercițiului fizic.
- R.Î.4.2.2. Studentul/Absolventul selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora.
- R.Î.4.2.3. Studentul/Absolventul exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice.

4.3. Responsabilitate și autonomie

- R.Î.4.3.1. Studentul/Absolventul caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite.
- R.Î.4.3.2. Studentul/Absolventul alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite.
- R.Î.4.3.3. Studentul/Absolventul organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse.
- R.Î.4.3.4. Studentul/Absolventul selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților.

CPSL5. Aplică metode didactice adaptate în procesul de instruire motrică.

5.1. Cunoștințe

- R.Î.5.1.1. Studentul/Absolventul explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional.

5.2. Aptitudini

R.Î.5.2.1. Studentul/Absolventul selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire.

R.Î.5.2.2. Studentul/Absolventul utilizează metodele de predare în acord cu conținuturile programelor de instruire.

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.5.3.1. Studentul/Absolventul alege variante de predare adecvate contextului educațional.

R.Î.5.3.2. Studentul/Absolventul adaptează metodele de predare în funcție de particularitățile practicanților exercițiilor fizice.

CPSL6. Organizează și gestionează activități motrice în acord cu resursele disponibile și cadrul legislativ.

6.1. Cunoștințe

R.Î.6.1.1. Studentul/Absolventul clasifică și operează cu noțiuni referitoare la formele de organizare și resursele necesare practicării exercițiilor fizice în diferite medii educaționale, la tehnicile și mijloacele specifice managementului și la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educației fizice și sportului.

6.2. Aptitudini

R.Î.6.2.1. Studentul/Absolventul caracterizează sistemul și formele de organizare a practicării exercițiilor fizice.

R.Î.6.2.2. Studentul/Absolventul identifică resursele umane, materiale, financiare, informaționale necesare managementului activităților de educație fizică și sport.

R.Î.6.2.3. Studentul/Absolventul identifică elemente legislative de reglementare a organizării și funcționării structurilor din sistemul de educație fizică și sport.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.6.3.1. Studentul/Absolventul ilustrează activitățile sportive dintr-un club, asociație sau instituție.

R.Î.6.3.2. Studentul/Absolventul elaborează materiale educaționale despre beneficiile exercițiilor fizice și modalitățile eficiente de organizare a acestora.

R.Î.6.3.3. Studentul/Absolventul utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională.

R.Î.6.3.4. Studentul/Absolventul gestionează infrastructura sportivă și resursele necesare pentru desfășurarea activităților.

R.Î.6.3.5. Studentul/Absolventul selectează și respectă prevederi legislative privind activitatea profesională.

C. COMPETENȚE PROFESIONALE SPECIFICE PROGRAMULUI DE STUDII „EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ” CORESPUNZĂTOARE CODURILOR OCUPAȚIONALE DIN RNCIS (CPSP)

CPSP1. Aplicarea strategiilor didactice

1. Cunoștințe

R.Î.1.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște stilurile de învățare, metodele de predare, principiile învățării motrice și strategiile motivaționale aplicabile în educația fizică și sportivă.

R.Î.1.1.2. Studentul/Absolventul recunoaște și descrie diferențele de nivel în rândul elevilor și impactul acestora asupra instruirii.

R.Î.1.1.3. Studentul/Absolventul identifică structuri didactice variate pentru aplicarea în contexte educaționale diverse.

1.2. Aptitudini

R.Î.1.2.1. Studentul/Absolventul selectează și aplică metode de predare adaptate conținutului și particularităților elevilor.

R.Î.1.2.2. Studentul/Absolventul integrează abordări diferențiate în activitatea de instruire.

R.Î.1.2.3. Studentul/Absolventul adaptează metodele de instruire în funcție de răspunsul și progresul elevilor.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.1.3.1. Studentul/Absolventul decide în mod autonom strategia didactică adecvată contextului educațional.

R.Î.1.3.2. Studentul/Absolventul ajustează procesul instructiv în funcție de evoluția grupului de elevi.

R.Î.1.3.3. Studentul/Absolventul reflectează critic asupra eficienței propriei practici didactice și o îmbunătățește constant.

CPSP2. Elaborarea programei analitice

2.1. Cunoștințe

R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul înțelege structura, funcțiile și reglementările care guvernează curriculumul de educație fizică.

R.Î.2.1.2. Studentul/Absolventul cunoaște diferențele dintre curriculumul formal și cel nonformal.

R.Î.2.1.3. Studentul/Absolventul identifică cerințele legislative și pedagogice pentru elaborarea planificărilor educaționale.

2.2. Aptitudini

R.Î.2.1.1 Studentul/Absolventul proiectează planificări și unități de învățare conform programei școlare.

R.Î.2.1.2. Studentul/Absolventul integrează obiective educaționale și resurse adaptate la specificul disciplinei.

R.Î.2.1.3. Studentul/Absolventul elaborează activități care răspund contextului educațional și resurselor disponibile.

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul argumentează deciziile privind structura conținutului curricular.

R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul asigură coerența și eficiența demersului educațional.

R.Î.2.3.3. Studentul/Absolventul dezvoltă inițiative curriculare în parteneriat cu echipa educațională.

CPSP3. Adaptarea strategiei didactice la abilitățile elevilor

3.1. Cunoștințe

R.Î.3.1.1. Studentul/Absolventul identifică diferențele individuale și de grup în plan motric, cognitiv și emoțional.

R.Î.3.1.2. Studentul/Absolventul cunoaște tipologii de stiluri de învățare și ritmuri diferite de asimilare a conținuturilor.

R.Î.3.1.3. Studentul/Absolventul recunoaște principii de personalizare a instruirii.

3.2. Aptitudini

R.Î.3.2.1. Studentul/Absolventul creează activități diferențiate în funcție de abilitățile elevilor.

R.Î.3.2.2. Studentul/Absolventul oferă sprijin individualizat în timpul procesului instructiv.

R.Î.3.2.3. Studentul/Absolventul selectează și aplică metode de lucru colaborativ adaptate nivelului elevilor.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.3.3.1. Studentul/Absolventul monitorizează și adaptează permanent conținutul lecției în funcție de nevoile elevilor.

R.Î.3.3.2. Studentul/Absolventul propune soluții pedagogice pentru sprijinirea progresului individual.

R.Î.3.3.3. Studentul/Absolventul evaluează efectele diferențierii și reglează strategia didactică în mod autonom.

CPSP4. Evaluarea progresului școlar al elevilor

4.1. Cunoștințe

R.Î.4.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște metodele de evaluare formativă și sumativă aplicabile în educația fizică.

R.Î.4.1.2. Studentul/Absolventul recunoaște criterii de performanță și indicatori de progres în plan motric.

R.Î.4.1.3. Studentul/Absolventul înțelege rolul evaluării în feedback-ul pentru elev și pentru optimizarea instruirii.

4.2. Aptitudini

R.Î.4.2.1. Studentul/Absolventul elaborează și aplică instrumente de evaluare specifice.

R.Î.4.2.2. Studentul/Absolventul evaluează progresul cognitiv, motric și atitudinal al elevilor.

R.Î.4.2.3. Studentul/Absolventul adaptează metodele de evaluare în funcție de contextul educațional.

4.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.4.3.1. Studentul/Absolventul furnizează feedback constructiv și relevant.

R.Î.4.3.2. Studentul/Absolventul utilizează rezultatele evaluării pentru optimizarea procesului instructiv.

R.Î.4.3.3. Studentul/Absolventul propune măsuri remediale sau de susținere în funcție de nivelul de progres al elevului.

CPSP5. Asigurarea gestionării colectivului de elevi

5.1. Cunoștințe

R.Î.5.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște principii de management educațional și de organizare a activităților cu grupul de elevi.

R.Î.5.1.2. Studentul/Absolventul recunoaște dinamici de grup și strategii de prevenire a conflictelor.

R.Î.5.1.3. Studentul/Absolventul înțelege rolul activităților motrice în dezvoltarea comportamentelor prosoziale.

5.2. Aptitudini

R.Î.5.2.1. Studentul/Absolventul stabilește norme comportamentale și reguli de participare activă.

R.Î.5.2.2. Studentul/Absolventul aplică tehnici motivaționale și de menținere a disciplinei.

R.Î.5.2.3. Studentul/Absolventul mediază situațiile conflictuale apărute în colectiv.

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.5.3.1. Studentul/Absolventul creează un climat educațional pozitiv și sigur.

R.Î.5.3.2. Studentul/Absolventul coordonează în mod responsabil activitățile din timpul lecției.

R.Î.5.3.3. Studentul/Absolventul cultivă valori educaționale și modele de comportament sănătos.

CPSP6. Colaborarea cu personalul didactic și de sprijin

6.1. Cunoștințe

R.Î.6.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște principiile colaborării interdisciplinare și rolul personalului educațional auxiliar.

R.Î.6.1.2. Studentul/Absolventul înțelege beneficiile comunicării în rețea profesională.

R.Î.6.1.3. Studentul/Absolventul recunoaște situațiile care necesită intervenție colaborativă.

6.2. Aptitudini

R.Î.6.2.1. Studentul/Absolventul participă la echipe educaționale multidisciplinare.

R.Î.6.2.2. Studentul/Absolventul susține comunicarea și cooperarea în beneficiul elevilor.

R.Î.6.2.3. Studentul/Absolventul contribuie la inițiative educaționale comunitare.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.6.3.1. Studentul/Absolventul implică partenerii educaționali în procesul instructiv.

R.Î.6.3.2. Studentul/Absolventul promovează soluții integrate în sprijinul progresului elevului.

R.Î.6.3.3. Studentul/Absolventul asigură continuitatea comunicării între actorii implicați în educație.

CPSP7. Organizarea activităților de instruire motrică

7.1. Cunoștințe

R.Î.7.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște tipurile de exerciții și metodele de instruire motrică adaptate vârstei școlare.

R.Î.7.1.2. Studentul/Absolventul recunoaște riscurile specifice activităților fizice și măsurile de siguranță.

R.Î.7.1.3. Studentul/Absolventul identifică elemente de progresivitate, dozare și variație a sarcinilor motrice.

7.2. Aptitudini

R.Î.7.2.1. Studentul/Absolventul planifică activități fizice structurate și sigure.

R.Î.7.2.2. Studentul/Absolventul asigură progresivitatea și diversitatea exercițiilor.

R.Î.7.2.3. Studentul/Absolventul propune exerciții în funcție de particularitățile individuale și obiectivele lecției.

7.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.7.3.1. Studentul/Absolventul monitorizează aplicarea regulilor de siguranță și eficiență.

R.Î.7.3.2. Studentul/Absolventul creează contexte de învățare motrică relevante pentru elevi.

R.Î.7.3.3. Studentul/Absolventul gestionează situațiile neprevăzute în procesul instructiv cu discernământ și promptitudine.

COMPETENȚE TRANSVERSALE

CT1. Lucrează în echipă și colaborează eficient

1. Cunoștințe

R.Î.1.1.1. Studentul/Absolventul înțelege principiile colaborării eficiente în cadrul echipelor educaționale.

R.Î.1.1.2. Studentul/Absolventul cunoaște rolurile și responsabilitățile membrilor unei echipe multidisciplinare.

R.Î.1.1.3. Studentul/Absolventul recunoaște beneficiile cooperării și impactul acesteia asupra rezultatelor educaționale.

1.2. Aptitudini

R.Î.1.2.1. Studentul/Absolventul comunică eficient și respectuos cu membrii echipei.

R.Î.1.2.2. Studentul/Absolventul contribuie activ la proiecte educaționale comune.

R.Î.1.2.3. Studentul/Absolventul adaptează stilul de lucru în funcție de obiectivele și dinamica echipei.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.1.3.1. Studentul/Absolventul își asumă sarcinile în cadrul echipei și sprijină atingerea obiectivelor comune.

R.Î.1.3.2. Studentul/Absolventul respectă termenele și contribuie la menținerea unui climat de colaborare pozitiv.

R.Î.1.3.3. Studentul/Absolventul valorifică schimbul de idei și învățarea colaborativă în contexte educaționale diverse.

CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă

2.1. Cunoștințe

R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște principiile comunicării eficiente și ale feedback-ului constructiv.

R.Î.2.1.2. Studentul/Absolventul înțelege importanța învățării continue în cariera didactică.

R.Î.2.1.3. Studentul/Absolventul recunoaște diferențele individuale în stilurile de învățare și dezvoltare.

2.2. Aptitudini

R.Î.2.2.1. Studentul/Absolventul oferă feedback clar, adecvat și motivant elevilor și colegilor.

R.Î.2.2.2. Studentul/Absolventul formulează sugestii de îmbunătățire bazate pe observație și evaluare.

R.Î.2.2.3. Studentul/Absolventul reflectează asupra propriului parcurs profesional și caută oportunități de dezvoltare.

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul susține învățarea continuă a elevilor prin sprijin și orientare personalizată.

R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul urmărește și valorifică progresul propriu și al celorlalți în activitățile educaționale.

R.Î.2.3.3. Studentul/Absolventul adoptă o atitudine responsabilă față de dezvoltarea profesională continuă.

CT3. Promovează un climat educațional sigur și incluziv

3.1. Cunoștințe

R.Î.3.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște normele de siguranță și regulile de comportament aplicabile în mediul educațional.

R.Î.3.1.2. Studentul/Absolventul înțelege conceptele de diversitate, echitate și incluziune.

R.Î.3.1.3. Studentul/Absolventul identifică riscurile comportamentelor negative și strategiile de prevenire a acestora.

3.2. Aptitudini

R.Î.3.2.1. Studentul/Absolventul aplică măsuri pentru prevenirea discriminării și promovarea incluziunii.

R.Î.3.2.2. Studentul/Absolventul gestionează situații de risc sau tensiune în cadrul activităților didactice.

R.Î.3.2.3. Studentul/Absolventul utilizează limbaj și comportamente care sprijină respectul reciproc.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î.3.3.1. Studentul/Absolventul susține un climat educațional bazat pe respect, echitate și participare.

R.Î.3.3.2. Studentul/Absolventul intervine responsabil în situații care pot afecta siguranța sau coeziunea grupului.

R.Î.3.3.3. Studentul/Absolventul contribuie la consolidarea unei culturi educaționale incluzive și preventive.

3. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 2

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 28

Numărul de săptămâni pe ani de studii:

Anul de studii	Activități didactice		Sesiuni de examene			Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe	Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	3	3	2	3	1	11
Anul II	14	14	3	3	2	3	1	11
Anul III	14	14	3	3	1	3	1	-

Practica se organizează comasat pentru disciplinele: Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan – schi alpin (Anul I); Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan – turism-orientare; Teoria, practica instruirii în natație și aplicații în discipline sportive de apă și Stagiul de practică în baze de agrement montan (Anul II); Teoria și practica instruirii în mediu montan – schi fond/sărituri cu schiurile (Anul III). Pentru disciplina Stagiul de practică în unități de învățământ (Anul III), activitățile de practică se vor desfășura pe parcursul semestrului.

4. ASIGURAREA FLEXIBILIZĂRII INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin discipline opționale și discipline facultative. **Disciplinele la alegere (opționale)** sunt propuse începând cu semestrul al doilea și sunt grupate în **discipline opționale/pachete opționale**, care completează traseul de specializare a studentului. Alegerea traseului se face de către student în anul universitar anterior derulării disciplinelor sau pachetelor de discipline opționale (cu excepția opțiunilor pentru semestrul II, care se exprimă la începutul anului I).

Procedura de desfășurare a activităților didactice la **disciplinele facultative** și de înscriere a notelor/calificativelor în Suplimentul la diplomă este prezentată în Regulamentul privind activitatea profesională a studenților și în instrucțiunea Inițierea și derularea disciplinelor facultative.

Organizarea cursurilor la disciplinele facultative se face în două moduri:

1. studentul alege o disciplină facultativă oferită de facultatea care organizează programul de studii; denumirea disciplinei este înscrisă în planul de învățământ al programului;

2. studentul alege:

(i) o disciplină din planul de învățământ al altui program de studii din universitate;

(ii) o disciplină din lista oferită de una dintre universitățile membre ale alianței UNITA.

În cazul (i), cererile se înregistrează la Centrul de formare continuă (CFC), în cazul (ii), la UNITA Office.

Alocarea creditelor pentru disciplinele facultative se face în urma susținerii colocviului de absolvire a cursului. Creditele obținute la disciplinele facultative nu înlocuiesc creditele pentru disciplinele obligatorii și opționale.

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

Condițiile de înscriere în anul următor, condițiile de a urma module de curs în avans și condițiile de promovare sunt cuprinse în Regulamentul privind activitatea profesională a studenților.

6. EXAMENUL DE FINALIZARE A STUDIILOR

Perioada de întocmire a lucrării de licență: începând cu penultimul semestru de studii.

Definitivarea lucrării de licență: în ultimul semestru de studii.

Perioada de susținere a examenului de licență: în sesiunea iunie-iulie a ultimului an de studii.

Numărul de credite pentru susținerea examenului de licență: 10 credite (în plus față de cele 180).

7. DISCIPLINELE ȘI ACTIVITĂȚILE DIDACTICE ALOCATE PE ANI DE STUDII

Legenda:

C₁ – criteriul obligativității

C₂ – criteriul conținutului

DOB – disciplină obligatorie

DOP – disciplină opțională

DF – disciplină fundamentală

DS – disciplină de specializare

DC – disciplină complementară

DFA – disciplină facultativă

AI – activități de autoinstruire

SI – studiu individual

SF – seminar față în față (cu prezență fizică)

ST – seminar în sistem tutorial (online sincron/asincron pe platformă)

L – laborator (cu prezență fizică/online sincron pe platformă)

P – proiect (cu prezență fizică/online sincron pe platformă)

Pr – practică

FV – forma de verificare

V – verificare

Cr – nr. de credite

Observații:

AI = nr. de ore de curs din planul de învățământ pentru IF

SI* = diferența dintre totalul de ore dedicate disciplinei (30 ore x nr. de credite) și nr. de ore didactice pe semestru

SF+ST** = nr. ore de seminar din planul de învățământ pentru IF

* Orele alocate SI se preiau ca atare din planul de învățământ pentru IF și nu intră în calculul totalului numărului de ore didactice obligatorii/opționale pe semestru din planul de învățământ pentru IFR.

** La forma IFR, seminarele sunt constituite din SF (seminare față în față, cu prezență fizică) și ST (seminare în sistem tutorial, desfășurate online sincron/asincron pe platformă), dar ST nu pot reprezenta mai mult de 50% din totalul orelor alocate pentru seminar.

APROBAT,

Prof. dr. Ioan Vasile ABRUDAN,
RECTOR

ANUL I

Nr. crt.	Discipline obligatorii C1: DOB	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Anatomie funcțională	DF	ANAT-IFR	28	24	4				94	E	5									
2.	Kinesiologie	DS	KIN-IFR	14	24	4				108	E	5									
3.	Bazele generale ale atletismului	DS	BGA-IFR	28			28	28		66	E	5									
4.	Bazele generale ale gimnasticii	DS	BGG-IFR	28			28	28		66	E	5									
5.	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediul montan: schi alpin	DS	TPIAMM-SA-IFR	14			28	28		80	E	5									
6.	Etică și integritate academică	DC	EIA-IFR	14	12	2				62	V	3									
7.	Limbă franceză	DC	LF1-IFR	14	8	6				32	V	2									
	Limbă engleză		LE1-IFR																		
	Limbă spaniolă		LS1-IFR																		
8.	Fiziologie	DF	Fiz-IFR										28	24	4				94	E	5
9.	Teoria și practica instruirii în atletism	DS	TPIA-IFR										14			28			78	E	4
10.	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DS	TPIG-IFR										14			28			78	E	4
11.	Sciere academică	DC	SA -IFR											8	6				46	V	2
12.	Limbă franceză	DC	LF2-IFR										14	8	6				32	V	2
	Limbă engleză		LE2-IFR																		
	Limbă spaniolă		LS2-IFR																		
13.	Bazele generale ale handbalului	DS	BGH-IFR										28			28	28		66	E	5
14.	Bazele generale ale fotbalului	DS	BGF-IFR										28			28	28		66	E	5
Total ore didactice obligatorii pe semestru				140	68	16	84	84			5E+2V	30	126	40	16	112	56			5E+2V	27
				392					7	350					7						

Nr. crt.	Discipline opționale C1: DOP	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II										
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr		
Se alege o singură disciplină din fiecare pachet																							
15.	Antrenamentul funcțional	DS	AF-IFR										28			14			48	V	3		
	Activități dinamice integrate în lecția de educație fizică și sport		ADIEFS-IFR																				
Total ore didactice opționale pe semestru												28			14				1V	3			
												42									1		
Total												7	30	392								8	30

Nr. crt.	Discipline facultative C1: DFA	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Voluntariat 1	DS	VOL1-IFR					56		34	V	3									
2.	Voluntariat 2	DS	VOL2-IFR														56		34	V	3
Total ore didactice facultative pe semestru								56			1V	3					56			1V	3
				56						1	56						1				

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultățiiConf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFRConf. dr. Florentina NECHITA,
Directorul de departamentLect. dr. Gheorghe Adrian ONEA,
Coordonatorul programului de studii ID

APROBAT,

Prof. dr. Ioan Vasile ABRUDAN,
RECTOR

ANUL II

Nr. crt.	Discipline obligatorii C1: DOB	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Teoria educației fizice si sportului	DF	TEFS-IFR	28	24	4				64	E	4									
2.	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DF	MCSS-IFR	14	24	4				78	E	4									
3.	Metodica predării atletismului în școală	DS	MPA-IFR	14			28	14		64	E	4									
4.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	MPG-IFR	14			28	14		64	E	4									
5.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	MPF-IFR	14			28	14		64	E	4									
6.	Metodica predării handbalului în școală	DS	MPH-IFR	14			28	14		64	E	4									
7.	Teoria și practica instruirii în natație	DS	TPIN-IFR	14			14	14		78	E	4									
8.	Limba franceză	DC	LF3-IFR																		
	Limba engleză		LE3-IFR	14	8	6				32	V	2									
	Limba spaniolă		LS3-IFR																		
9.	Metodica educației fizice si sportului	DS	MEFS-IFR										28	24	4				94	E	5
10.	Bazele generale ale baschetului	DS	BGB-IFR										28			28	28		36	E	5
11.	Bazele generale ale voleiului	DS	BGV-IFR										28			28	28		36	E	5
12.	Limba engleză 4	DC	LF4-IFR																		
	Limba franceză 4		LE4-IFR										14	8	6				32	V	2
	Limba spaniolă 4		LS4-IFR																		
13.	Stagiu de practică în baze de agrement montan	DS	SPBAM-IFR															28	62	V	3
14.	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan - turism-orientare	DS	TPIAM-TO-IFR										14			28	14		94	V	5
15.	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	ESPJ-IFR										28			28			94	E	5
Total ore didactice obligatorii pe semestru				126	56	14	126	70			7E+1V	30	140	32	10	112	70	28	4E+3V	7	30
				392								8	364 + 28								

Nr. crt.	Discipline facultative C1: DFA	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Voluntariat 3	DS	VOL3-IFR					56		34	V	3									
2.	Voluntariat 4	DS	VOL4-IFR														56		34	V	3
Total ore didactice facultative pe semestru								56			1V	3					56		3	1V	3
				56								1	56								1

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultățiiConf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFRConf. dr. Florentina NECHITA,
Directorul de departamentLect. dr. Gheorghe Adrian ONEA,
Coordonatorul programului de studii ID

APROBAT,

Prof. dr. Ioan Vasile ABRUDAN,
RECTOR

ANUL III

Nr. crt.	Discipline obligatorii C1: DOB	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Evaluare motrică și somatofuncțională	DS	EMSF-IFR	28			28			94	E	5									
2.	Practica și metodică instruirii în activitățile motrice pe grupe de vârstă	DS	PMGV-IFR	28			28			94	E	5									
3.	Metodica predării baschetului în școală	DS	MPB-IFR	14			28	14		64	E	4									
4.	Metodica predării voleiului în școală	DS	MPV-IFR	14			28	14		64	E	4									
5.	Expresie corporală și euristică	DS	ECE-IFR										14	24	4				78	V	4
6.	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	SPUÎ-IFR															84	66	V	5
7.	Elaborarea lucrării de licență	DS	ELL-IFR															56	64	V	4
8.	Șah	DS	SAH-IFR										14			28			78	E	4
9.	Teoria și practica activităților motrice nonformale	DS	TPAMN-IFR										14			28			78	E	4
Total ore didactice obligatorii pe semestru				84			112	28			4E	18	42	24	4	56		140	2E+3V		21
				224									126 + 140								
				4									5								

Nr. crt.	Discipline opționale C1: DOP	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
Se alege o singură disciplină din fiecare pachet																					
9.	Teoria și practica instruirii în mediul montan – schi fond	DS	TPSF-IFR	14			28		48	V	3										
	Teoria și practica instruirii în mediu montan – sărituri cu schiurile		TPSS-IFR																		
10.	Activități motrice adaptate	DS	AMA-IFR	14			28		48	V	3										
	Fitness		FIT-IFR																		
11.	Screeningul postural și profilaxia deficiențelor fizice în mediul școlar	DS	SPPDF -IFR	14			28		48	V	3										
	Fundamentele unui stil de viață activ		FSVA-IFR																		
12.	Aplicații digitalizate în Educație fizică și sport	DS	ADEFS-IFR	14			28		48	V	3										
	Legislație în educație fizică și sport		LEFS-IFR																		
13.	Teoria și practica instruirii în dans sportiv	DS	TPIDS-IFR									14				28		48	V	3	
	Teoria și practica instruirii în dans folcloric		TPIDF-IFR																		
14.	Comunicare în Educație fizică și sport	DF	CEFS-IFR									14	24	4				48	V	3	
	Psihopedagogia		PSIHO-IFR																		
15.	Tenis de masă și badminton	DS	TMB-IFR									14				28		48	V	3	
	Alergare montană		AM-IFR																		
Total ore didactice opționale pe semestru				56			112				4V	12	42	24	4		56			3V	9
				168						4	126						3				
Total				392						8	30	336						8	30		

Nr. crt.	Discipline facultative C1: DFA	C2	Codul disciplinei	Semestrul I									Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr	AI	SF	ST	L	P	Pr	SI	FV	Cr
1.	Voluntariat 5	DS	VOL5-IFR					56		34	V	3									
2.	Voluntariat 6	DS	VOL6-IFR														56		34	V	3
Total ore didactice facultative pe semestru							56				1V	3				56		4	1V		3
				56									56							1	

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultățiiConf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFRConf. dr. Florentina NECHITA,
Directorul de departamentLect. dr. Gheorghe Adrian ONEA,
Coordonatorul programului de studii ID

APROBAT,**Prof. dr. Ioan Vasile ABRUDAN,****RECTOR****BILANȚ GENERAL I**

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total	
		An I	An II	An III	ore	%
1.	Obligatorii	742	784	490	2016	85,71%
2.	Opționale	42	0	294	336	14,29%
TOTAL		784	784	784	2352	100%
3.	Facultative	112	112	112	336	–

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total	Total
		An I	An II	An III	ore	%
1.	Discipline fundamentale	112	154	42	308	13,10%
2.	Discipline de specializare	574	546	602	1722	73,21%
3.	Discipline complementare	98	56	0	154	6,55%
4.	Practică de specialitate	0	28	84	112	4,16
5.	Practică pentru elaborarea lucrării de licență	0	0	56	56	2,08
Total		784	784	784	2352	100%

BILANȚ GENERAL III

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total	Total
		An I	An II	An III	ore	%
1.	Practică de specialitate	0	28	84	112	66,67%
2.	Practică pentru elaborarea lucrării de licență	0	0	56	56	33,33%
Total		0	28	140	168	100%

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultății

Conf. dr. Florentina NECHITA,
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gheorghe Adrian ONEA,
Coordonatorul programului de studii ID