

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
al promoției 2021-2024

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 constă în asigurarea transferului de informație specializată, stimularea și susținerea creației și performanței în domeniul motricității umane dirijate. Programul de studii Educație fizică și sportivă IFR are ca misiune didactică formarea specialiștilor în educație fizică și sportivă școlară, precum și activarea acestora în alte direcții ale motricității umane formale și nonformale adresate diferitelor categorii de cetățeni.

Obiectivele și profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu nevoile identificate pe piața muncii și cu cadrul național al calificărilor sunt prezentate sintetic mai jos și detaliat în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

Obiective:

- a. **Cognitive:** să cunoască aparatul noțional specific domeniului educație fizică și sport; să cunoască implicațiile biologice și sociale ale practicării activităților de educație fizică și sportivă; să cunoască sistemul de mijloace cu care se operează în activitățile de educație fizică și sportivă; să cunoască componentele procesului instructiv-educativ de educație fizică și sportivă; să cunoască cele mai importante teorii despre învățarea/educarea motrică; să cunoască formele de organizare, programare – planificare, evidență și evaluare a activităților de educație fizică și sportivă derulate pe grupe de vârstă.
- b. **Aplicativ-practice** (instrumental-operaționale): să fie capabil de a analiza inter-disciplinar diferitele forme de manifestare ale motricității umane; să aibă capacitatea de a se exprima motric la un nivel compatibil cu cerințele profesionale ulterioare și de a conștientiza parametrii de mișcare și efort realizați; să dobândească capacitatea de a corela diversitatea cunoștințelor dobândite pe parcursul traseului de studii; să fie capabil de a identifica și utiliza noi surse de informație necesare pentru rezolvarea unor probleme inedite; să fie capabil de a aplica creativ cunoștințele dobândite în facultate, în situații profesionale diverse; să aibă capacitatea de a-și organiza eficient activitatea profesională.
- c. **Pentru formarea competențelor de comunicare și relaționare:** să dobândească abilitatea de a comunica eficient, utilizând o terminologie specifică și adecvată nivelului de pregătire al subiecților angrenați într-o gamă variată de activități de educație fizică și sportivă; să fie capabil de a utiliza moduri și stiluri de comunicare motrică/amotrică adecvate situațiilor specifice; să dobândească o atitudine flexibilă și adaptabilă la munca în echipă.

Competențe profesionale

- C.1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară.
- C.2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar.
- C.3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității, potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic.
- C.4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.
- C.5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sportivă.
- C.6 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului educație fizică și sport.

Competențe transversale

- CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportivă pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.
- CT2 Îndeplinirea, în condiții de eficiență și eficacitate, a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.
- CT3 Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională.

2. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 2

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 27 (28, anul 1, sem. I)

Numărul de săptămâni: 14

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

În funcție de specificul programului de studii, practica se organizează comasat sau/și pe parcursul semestrelor.

*Numărul de săptămâni pentru sesiunile regulate este de 4 pentru formele ID și IFR, conform HS nr.22 din 9.05.2018

3. 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 cincilea și sunt grupate în **discipline opționale sau 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. Organizarea cursurilor la **disciplinele facultative** se face prin Centrul de Formare Continuă (CFC). În planul de învățământ al fiecărui program de studii de licență se consemnează numai modulele și numărul aferent de ore, urmând ca denumirea disciplinei să se treacă în registrul matricol conform opțiunii studentului. Disciplinele facultative propuse de facultăți sau disciplinele altor programe de studii alese de student se grupează în 5 module:

- a) Modul A (discipline socio-umane);
- b) Modul B (limba română și alte limbi moderne);
- c) Modul C (discipline de informatică, TIC);
- d) Modul D (discipline tehnice);

e) Modul E (discipline sportive).

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

4. 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.

5. EXAMENUL DE LICENȚĂ

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

Definitivarea proiectului de licență: în ultimul semestru de studii.

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

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

6. PREGĂTIREA PENTRU OCUPAREA PRIN CONCURS A UNUI POST ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT

Pentru ocuparea prin concurs a unui post în învățământ absolventul trebuie să **posede Certificatul de absolvire a Programului de formare psihopedagogică nivel I**, pentru învățământul gimnazial și **Certificatul de absolvire a Programului de formare psihopedagogică nivel II**, pentru învățământul liceal, postliceal sau superior. Programele de formare psihopedagogică de nivel I și nivel II sunt organizate și coordonate de către Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic (DPPD) conform legislației în vigoare.

Certificarea competențelor pentru profesia didactică se poate obține la două niveluri, respectiv:

- **nivel I (inițial)** – care acordă absolvenților de studii universitare dreptul să ocupe posturi didactice în învățământul gimnazial, cu condiția acumulării unui minimum de 30 de credite transferabile din programul de formare psihopedagogică;
- **nivel II (de aprofundare)** – care acordă absolvenților de studii universitare dreptul să ocupe posturi didactice în învățământul liceal, postliceal sau superior, cu satisfacerea a două condiții:
 - acumularea unui minimum de 60 de credite transferabile din programul de formare psihopedagogică;
 - absolvirea unui program de masterat în domeniul diplomei de studii universitare de licență.

Programele de formare psihopedagogică nivel I și nivel II se finalizează cu examen de absolvire pentru fiecare nivel de certificare.

7. DISCIPLINELE ȘI ACTIVITĂȚILE DIDACTICE ALOCATE PE ANI DE STUDII

Legenda:

C₁ – criteriul obligativității

DI – disciplină impusă (obligatorie)

DO – disciplină opțională (la alegere)

C₂ – criteriul conținutului

DF – disciplină fundamentală

DS – disciplină de specialitate

DD – disciplină în domeniu

DC – disciplină complementară

DFc – 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)

FV – forma de verificare

Cr. – nr. de credite

* dacă este cazul

Observații:

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

SI* = diferența dintre totalul de ore dedicate disciplinei (25 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.



Prof. dr. ing. Ioan Vasile P DAN

ANUL I

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C1: DI	C2	Codul disciplinei	Semestrul I								Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.		
1.	Anatomie funcțională	DD	AF-FR	28	12	2			58	E	4										
2.	Kinesiologie	DF	KIN-FR	14	12	2			22	E	2										
3.	Bazele generale ale atletismului	DF	BGA-FR	28			28		44	E	4										
4.	Bazele generale ale gimnasticii	DF	BGG-FR	28			28		44	E	4										
5.	Teoria și practica instruirii în schi alpin	DD	TPS-FR	28			42		55	E	5										
6.	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	TPC-FR	14			14		22	C	2										
7.	Istoria educației fizice și sportului	DOU	IEFS-FR	14	12	2			22	C	2										
8.	Aplicații practice în mediu montan – schi alpin	DD	APS-FR					42	58	V	4										
9.	Scrisoare academică	DC	SA-FR		8	6			11	V	1										
10.	Limba engleză 1	DC	LE1-FR	14	8	6			22	C	2										
	LF1-FR																				
	LSp1-FR																				
11.	Fiziologie	DD	FIZ-FR									28	12	2			58	E	4		
12.	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	ESA-FR									14			28		33	E	3		
13.	Bazele generale ale handbalului	DF	BGH-FR									28			28		44	E	4		
14.	Bazele generale ale fotbalului	DF	BGF-FR									28			28		44	E	4		
15.	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	TPA-FR									14			28		33	C	3		
16.	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	TPG-FR									14			28		33	C	3		
17.	Teoria instruirii în turism – orientare	DD	TPT0-FR									28			14		58	E	4		
18.	Aplicații practice în mediu montan – turism -orientare	DD	APT0-FR												28	47	V	3			
19.	Limba engleză 2	DC	LE2-FR									14	8	6			22	C	2		
	LF2-FR																				
	LSp2-FR																				
Total ore didactice obligatorii pe semestru				168	52	18	112	42	358	5E	30	168	20	8	154	28	372	5E	30		
										3C								3C			
										2V								1V			
				392								378								9	



APROBAT,
Prof. dr. ing. Ioan Vasile, UDAN
RECTOR

ANUL II

ANUL II

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C1: DI	C2	Codul disciplinei	Semestrul I								Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.		
1.	Teoria educației fizice și sportului	DF	TEFS-FR	28	12	2			58	E	4										
2.	Teoria și practica instruirii în schi fond	DD	TPSF-FR	14			28		58	E	4										
3.	Metodica predării atletismului în școală	DS	MPA-FR	28			14		33	C	3										
4.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	MPG-FR	28			14		33	C	3										
5.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	MPF-FR	28			28		44	E	4										
6.	Metodica predării handbalului în școală	DS	MPH-FR	28			28		44	E	4										
7.	Teoria și practica instruirii în natație 1	DD	TPN1-FR				28		22	V	2										
8.	Aplicații practice în mediu montan – schi fond	DD	APSF-FR					42	58	V	4										
9.	Limba engleză 3	DC	LE3-FR	14	8	6			22	C	2										
	Limba franceză 3		LF3-FR																		
	Limba spaniolă 3		LSp3-FR																		
10.	Psihopedagogie	DF	PP-FR									14	12	2			22	C	2		
11.	Bazele generale ale baschetului	DF	BGB-FR									28			28		44	E	4		
12.	Bazele generale ale voleiului	DF	BGV-FR									28			28		44	E	4		
13.	Metodica educației fizice și sportului	DF	MEFS-FR									28	12	2			58	E	4		
14.	Teoria și practica instruirii în natație 2	DD	TPN2-FR									28			28		44	E	4		
15.	Aplicații practice în discipline sportive de apă	DD	APDA-FR													42	58	V	4		
16.	Metode de cercetare în Știința sportului și educației fizice	DC	MCSS-FR									28	12	2			58	C	4		
17.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	SPEL-FR												28	22	V	2			
18.	Limba engleză 4	DC	LE4-FR		14	8	6					14	8	6			22	C	2		
	Limba franceză 4		LF4-FR																		
	Limba spaniolă 4		LSp4-FR																		
Total ore didactice obligatorii pe semestru				168	20	8	140	42	372	4E 3C 2V	30	168	44	12	84	70	372	4E 3C 2V	30		
				378							9	30	378							9	30

Nr. crt.	Discipline facultative C1: DFc	C2	Codul disciplinei	Semestrul I								Semestrul II							
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	MODUL A (socio-umane)	DS	SU-IFR	28	8	6				C	3								
2.	MODUL B (limbi moderne)	DC	LM-IFR	28	8	6				C	3	28	8	6				C	3
3.	MODUL C (informatică)	DC	Info-IFR									28			14			C	3
4.	MODUL D (tehnice)	DS	Teh-IFR									28			14			C	3
5.	MODUL E (sportive)	DC	Sp-IFR		14	14				C	2		14	14				C	2
Total ore didactice facultative pe semestru				56	30	26				3C	8	84	22	20	28			4C	11
				112							3	154							4
											8								11

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultății

Lect. dr. Florentina NECHITA,
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMION,
Coordonatorul programului de studii IFR

CONFORM CU
ORIGINALUL



ANUL III

Anul III

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C1: DI	C2	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	
1.	Evaluare motrică și somato-funcțională	DD	EMSF-FR	28	12	2			58	E	4									
2.	Practica și metodică instruirii în activitățile motrice pe grupe de vârstă	DS	PMGV-FR	28			28		44	E	4									
3.	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	SPUI-FR					42	58	V	4									
4.	Metodica predării baschetului în școală	DS	MPB-FR	28			28		44	E	4									
5.	Metodica predării voleiului în școală	DS	MPV-FR	28			28		44	E	4									
6.	Activități motrice adaptate	DS	AMA-FR	28	12	2			58	C	4									
7.	Activități motrice ludice de timp liber	DS	AML-FR									28			14		58	E	4	
8.	Expresie corporală și euristică	DS	ECE-FR									14			14		44	C	3	
9.	Stagiu de practică în baze de agrement montan	DS	SPBA-FR													42	58	V	4	
10.	Șah	DOU	SAH-FR									14			28		44	C	3	
11.	Activități motrice montane de tip nonformal	DS	AMNF-FR									56			56		44	E	6	
	AM-FR																			
12.	Comunicare în Știința sportului și educației fizice	DC	CSS-FR									14	12	2			22	E	3	
Total ore didactice obligatorii pe semestru				140	24	4	84	42	306	4E	24	126	12	2	112	42	270	3E	23	
											1C									2C
											1V									1V
				294							6	294							6	

Nr. crt.	Discipline opționale (la alegere) C1: DO	C2	Codul disciplinei	Semestrul I								Semestrul II							
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
				Se alege o singură disciplină din fiecare pachet															
13.	Teoria și practica instruirii în mediu montan – sanie	DD	TPS-FR	14			28		33	C	3								
	Teoria și practica instruirii în mediu montan – sărituri cu schiurile		TPSS-FR																
14.	Teoria și practica instruirii în dans sportiv	DD	TPDS-FR	14			28		33	C	3								
	Teoria și practica instruirii în dans folcloric		TPDF-FR																
15.	Fitness	DS	FIT-FR									28			28		44	C	4
	Gimnastică aerobică de întreținere		GAI-FR																
16.	Utilizare softuri specializate în Știința sportului și educației fizice	DC	USSS-FR									14			14		58	E	3
	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice		MSS-FR																
Total ore didactice opționale pe semestru				28			56		66	2C	6	42			42		102	1E+1C	7
Total				84						2	84						2		
				378						8	378						8		

Nr. crt.	Discipline facultative C ₁ : DFC	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	MODUL A (socio-umane)	DS	SU-IFR	28	8	6				C	3								
2.	MODUL B (limbi moderne)	DC	LM-IFR	28	8	6				C	3								
3.	MODUL C (informatică)	DC	Info-IFR							C	3	28	8	6				C	3
4.	MODUL D (tehnice)	DS	Teh-FR									28			14			C	3
5.	MODUL E (sportive)	DC	Sp-IFR									28			14			C	3
Total ore didactice facultative pe semestru					14	14				C	2		14	14				C	2
				56	30	26					3C	8	84	22	20	28			4C
							112	3	154							4			

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decanul facultății

Lect. dr. Florentina NICHITA,
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMION,
Coordonatorul programului de studii IFR

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea: **Educație fizică și sporturi montane**

Departamentul coordonator: **Educație fizică și motricitate specială**

Programul de studii universitare de licență: **Educație fizică și sportivă**

Domeniul fundamental: **Știința sportului și educației fizice**

Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**

Durata studiilor: **3 ani**

Forma de învățământ: **cu frecvență redusă (IFR)**

Ministerul Educației

Valabil pentru promoția 2021-2024



Prof. univ. Ioan Vasile ABRIHAN

BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1.	Obligatorii	770	756	588	2114	92,64%	85 %-95%
2.	Opționale	—	—	168	168	7,36%	5%-10%
TOTAL		770	756	756	2282	100%	100%
3.	Facultative	266	266	266	798	—	—

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1.	fundamentale	294	224	—	518	22,7	20%-25%
2.	în domeniu	378	238	126	742	32,52	30%- 35%
3.	de specialitate	—	196	532	728	31,9	30%- 35%
4.	complementare	70	98	56	224	9,82	5%-10%
5.	la opțiunea universității	28	—	42	70	3,06	3%-5%
TOTAL		770	756	756	2282	100%	100%

Conf. dr. Ioan TURCU,

Decanul facultății

Lect. dr. Florentin NECHITA,

Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENȚ,

Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMION,

Coordonatorul programului de studii IFR

CONFORM CU
ORIGINALUL