

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

al promoției 2023 - 2026

Universitatea Transilvania din Brașov

**Programul de studii
universitare de licență**

EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ - FR

Domeniul fundamental

Știința Sportului și Educației Fizice

Domeniul de licență

Educație fizică și sport

Facultatea

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Durata studiilor:

3 ANI

Forma de învățământ:

Frecvență redusă

1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Obiectivul general al programului de studii este de a furniza o pregătire academică și practică în vederea dezvoltării unor competențe necesare pentru o carieră profesională în domeniul Știința Sportului și Educație Fizice. Programul de studii oferă calificarea în Educație Fizică și Sportivă și este înscris în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior, cu codul RO/06/0114/010.

Ocupații vizate: cod COR: 233002/profesor în învățământul gimnazial.

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 și rezultate ale învățării

Cp.1. Proiectarea activităților instructiv-educative specifice domeniului educație fizică și sportivă

R.Î. 1.1. Absolventul proiectează unități de învățare care sunt aliniate cu competențele curriculare și care țin cont de resursele disponibile.

R.Î. 1.2. Absolventul dezvoltă strategii de predare și evaluare eficiente pentru fiecare unitate de învățare/educare motrică.

R.Î. 1.3. Absolventul identifică și adaptează programele de învățare motrică pentru diferite grupuri de elevi cu nevoi specifice.

R.Î. 1.4. Absolventul creează un plan anual de învățământ, precum și planuri calendaristice coerente și flexibile.

R.Î. 1.5. Absolventul utilizează tehnologii educaționale pentru a sprijini procesul de învățare în cadrul lecțiilor de educație fizică și a activităților non-formale/extracurriculare.

R.Î. 1.6. Absolventul evaluează constant eficacitatea planurilor de lecție și a programelor non-formale ajustându-le în funcție de feedback-ul elevilor.

R.Î. 1.7. Absolventul planifică și organizează activități sportive, precum și alte evenimente extracurriculare.

R.Î. 1.8. Absolventul identifică resursele materiale necesare derulării lecțiilor și a celorlalte activități specifice.

R.Î. 1.9. Absolventul dezvoltă abilități de comunicare și colaborare cu colegii și alte părți interesate în ceea ce privește planificarea și implementarea activităților educaționale specifice domeniului.

R.Î. 1.10. Absolventul evaluează în mod continuu propriile competențe de planificare și își îmbunătățește abilitățile în acest sens.

Cp.2. Managementul activităților curriculare și extracurriculare în domeniul educației fizice și sportive

R.Î. 2.1. Absolventul organizează eficient timpul și spațiul în cadrul lecțiilor de educație fizică, precum și pentru activitățile motrice de tip non-formal.

R.Î. 2.2. Absolventul monitorizează comportamentul și siguranța elevilor în timpul activităților fizice/sportive.

R.Î. 2.3. Absolventul gestionează resursele și echipamentele sportive/specifice într-un mod responsabil.

R.Î. 2.4. Absolventul creează un mediu de învățare pozitiv și incluziv în cadrul lecțiilor formale, precum și a celor non-formale/extracurriculare.

R.Î. 2.5. Absolventul implică activ elevii în planificarea și evaluarea activităților specifice.

R.Î. 2.6. Absolventul dezvoltă și implementează protocoale de prim ajutor și siguranță în cadrul activităților motrice formale și non-formale.

R.Î. 2.7. Absolventul colaborează cu alți profesori și specialiști pentru a oferi conținuturi de învățare adaptate nevoilor individuale ale elevilor.

R.Î. 2.8. Absolventul organizează și gestionează turnee sportive și competiții școlare.

R.Î. 2.9. Absolventul evaluează și documentează progresul elevilor în cadrul activităților curriculare și extracurriculare.

R.Î. 2.10. Absolventul își îmbunătățește constant abilitățile de management și leadership în contextul educației fizice și sportive.

Cp. 3. Managementul clasei/grupului de elevi în contextul educației fizice și sportive

R.Î. 3.1. Absolventul creează un mediu de învățare inclusiv și respectuos în cadrul clasei/grupului de elevi.

R.Î. 3.2. Absolventul gestionează comportamentul elevilor în timpul lecțiilor și activităților motrice/sportive.

R.Î. 3.3. Absolventul dezvoltă relații pozitive cu elevii și promovează implicarea lor activă în procesul de învățare.

R.Î. 3.4. Absolventul identifică și abordează nevoile și diferențele individuale ale elevilor.

R.Î. 3.5. Absolventul dezvoltă abilități de comunicare și rezolvare a conflictelor în cadrul clasei.

R.Î. 3.6. Absolventul colaborează cu părinții și diriginții pentru a asigura sprijinul necesar elevilor în învățare și dezvoltare.

R.Î. 3.7. Absolventul implementează metode de evaluare a comportamentului și a performanței elevilor.

R.Î. 3.8. Absolventul promovează spiritul de echipă și fair-play-ul în cadrul activităților sportive și competițiilor.

R.Î. 3.9. Absolventul dezvoltă abilități de coaching și mentorat pentru a susține dezvoltarea holistică a elevilor.

R.Î. 3.10. Absolventul reflectă asupra practicii profesionale și asupra propriilor abilități de management și își îmbunătățește aceste abilități în mod continuu.

Competențe transversale și rezultate ale învățării

Ct.1. Comunicarea și cooperarea în contexte profesionale

R.Î. 1.1. Absolventul demonstrează abilitatea de a comunica eficient cu colegii, elevii și părinții în contextul educației fizice și sportive formale și non-formale.

R.Î. 1.2. Absolventul colaborează activ cu alți profesioniști din domeniul educației pentru a dezvolta programe și inițiative comune.

R.Î. 1.3. Absolventul utilizează tehnologii și platforme de comunicare pentru a facilita interacțiunea cu părțile interesate.

R.Î. 1.4. Absolventul gestionează conflictele în mod constructiv și eficient, promovând un mediu de lucru armonios.

R.Î. 1.5. Absolventul identifică și valorizează diversitatea culturală și individualitatea în procesul de comunicare și colaborare.

R.Î. 1.6. Absolventul dezvoltă abilități de ascultare activă și înțelege nevoile și așteptările elevilor și ale altor profesioniști implicați în educație.

Ct.2. Dezvoltarea și managementul carierei

R.Î. 2.1. Absolventul își stabilește obiective profesionale și personale clare în domeniul educației fizice și sportive formale și non-formale.

R.Î. 2.2. Absolventul evaluează și identifică oportunitățile de dezvoltare a carierei și de avansare în domeniu.

R.Î. 2.3. Absolventul dezvoltă un portofoliu de competențe și realizări relevante pentru domeniul său de activitate.

R.Î. 2.4. Absolventul planifică și implementează strategii de dezvoltare profesională continuă, inclusiv participarea la cursuri de formare și conferințe.

R.Î. 2.5. Absolventul înțelege regulamentele și cerințele legate de calificările și certificările necesare pentru profesia sa.

R.Î. 2.6. Absolventul gestionează tranziția în carieră, inclusiv schimbarea locurilor de muncă sau specializarea în alte domenii conexe ale educației fizice și sportului.

2. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 2

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 26/27

Numărul de săptămâni pe ani de studii:

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

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

Practica se organizează sub formă de activitate didactică comasată pentru disciplinele: Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan-schi alpin (Anul I); 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 disciplinele: Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan - Turism-orientare (Anul II); Stagiul de practică în unități de învățământ (Anul III) activitățile de practică se vor desfășura pe parcursul semestrelor.

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 doilea 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 (cu excepția opțiunilor pentru semestrul al II-lea, care se exprimă în semestrul I).

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, condițiile de promovare sunt cuprinse în *Regulamentul privind activitatea profesională a studenților*.

5. EXAMENUL DE FINALIZARE A STUDIILOR

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

Definitivarea lucrării de licență / proiectului de diplomă: în ultimul semestru de studii.

Perioada de susținere a lucrării de licență / proiectului de diplomă: 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. DISCIPLINELE DE STUDII PE ANI

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.

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ - FR**

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

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

Durata studiilor: **3 ani**

Forma de învățământ: **Frecvență redusă**

Ministerul Educației și Cercetării
Plan de învățământ valabil în an universitar 2023-2024

RECTOR,

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

ANUL I

Nr. crt.	Discipline cu criterii: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul									Semestrul												
				AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr	AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr				
1	Anatomie funcțională	DD	DI	28	58	12	2	0	0	0	E	4													
2	Kinesiologie	DF	DI	14	22	12	2	0	0	0	E	2													
3	Bazele generale ale atletismului	DF	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5													
4	Bazele generale ale gimnasticii	DF	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5													
5	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediul montan-schi alpin	DD	DI	28	102	0	0	42	28	0	E	8													
6	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	DI	14	33	0	0	28	0	0	C	3													
7	Limba engleză 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
7	Limba franceză 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
7	Limba spaniolă 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
8	Scriere academică	DA U	DI	0	11	8	6	0	0	0	V	1													
9	Fiziologie	DD	DI										28	19	24	4	0	0	0	E	3				
10	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI										28	69	0	0	28	0	0	E	5				
11	Bazele generale ale handbalului	DF	DI										28	69	0	0	28	0	0	E	5				
12	Bazele generale ale fotbalului	DF	DI										28	69	0	0	28	0	0	E	5				
13	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	DI										28	69	0	0	28	0	0	C	5				
14	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	DI										28	69	0	0	28	0	0	C	5				
15	Limba engleză 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
15	Limba franceză 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
15	Limba spaniolă 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
Total				154	386	40	16	126	28	0	E 5	C 2	V 1	30	182	386	32	10	140	0	0 4	E 3	C 3	V 0	30
Total ore didactice pe semestru				364										364											

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

Coordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENE

**DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. FLORENTINA NECHITA**

**COORDONATOR PROGRAM STUDII,
LECT. DR. GHEORGHE ADRIAN ONEA**

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane

Programul de studii universitare de licenţă: **EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ - FR**

Domeniul fundamental: **Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice**

Domeniul de licenţă: **Educaţie fizică şi sport**

Durata studiilor: **3 ani**

Forma de învăţământ: **Frecvenţă redusă**

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
Plan de învăţământ valabil în an universitar 2024-2025

RECTOR,

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

ANUL II

Nr. crt.	Discipline cu criterii: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul									Semestrul												
				AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr	AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr				
1	Teoria și metodică educației fizice și sportului	DF	DI	56	127	24	4	14	0	0	E	9													
2	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan - turism-orientare	DD	DI	28	91	0	0	28	28	0	E	7													
3	Metodica predării atletismului în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
4	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
5	Metodica predării fotbalului în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
6	Metodica predării handbalului în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
7	Limba engleză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
7	Limba franceză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
7	Limba spaniolă 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
8	Psihopedagogia	DF	DI										14	58	24	4	0	0	0	E	4				
9	Bazele generale ale baschetului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4				
10	Bazele generale ale voleiului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4				
11	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DC	DI										28	58	12	2	0	0	0	C	4				
12	Limba engleză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
12	Limba franceză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
12	Limba spaniolă 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
13	Stagiu de practică în baze de agrement montan	DS	DI										0	58	0	0	0	42	0	C	4				
14	Teoria, practica instruirii în natație și aplicații în discipline sportive de apă	DD	DI										28	88	0	0	56	28	0	E	8				
Total				210	372	32	10	98	28	0	E 6	C 1	V 0	30	140	372	44	12	112	70	0	E 4	C 3	V 0	30
Total ore didactice pe semestru				378									378												

**DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU**

**DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. FLORENTINA NECHITA**

**Coordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENE**

**COORDONATOR PROGRAM STUDII,
LECT. DR. GHEORGHE ADRIAN ONEA**

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ - FR**

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

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

Durata studiilor: **3 ani**

Forma de învățământ: **Frecvență redusă**

Ministerul Educației și Cercetării
Plan de învățământ valabil în an universitar 2025-2026

RECTOR,

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

ANUL III

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul									Semestrul												
				AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr	AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr				
1	Evaluare motrică și somato-funcțională	DD	DI	28	69	12	2	14	0	0	E	5													
2	Practica și metoda instruirii în activitățile motrice pe grupe de vârstă	DS	DI	28	80	12	2	28	0	0	E	6													
3	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	DI	0	58	0	0	0	42	0	C	4													
4	Metodica predării baschetului în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
5	Metodica predării voleiului în școală	DS	DI	28	33	0	0	14	0	0	E	3													
6	Activități motrice adaptate	DS	DI	28	33	12	2	0	0	0	C	3													
7	Activități motrice ludice de timp liber	DS	DI										14	22	0	0	14	0	0	E	2				
8	Expresie corporala si euritmie / Fitness	DS	DI										28	66	0	0	56	0	0	E	6				
9	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	DI										0	47	0	0	0	28	0	V	3				
10	Teoria și practica activităților motrice nonformale-extracurriculare/Alergare montană	DS	DI										56	113	0	0	56	0	0	E	9				
11	Șah	DAU	DI										14	69	24	4	14	0	0	E	5				
Total				140	306	36	6	70	42	0	E 4	C 2	V 0	24	112	317	24	4	140	28	0 4	E 0	C 1	V 1	25
Total ore didactice pe semestru				294									308												

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Optional	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul								Semestrul								
				AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V	Cr	AI	SI	SF	ST	L	P	Pr	V
1	Teoria și practica instruirii în mediul montan- schi fond	DD	DO	28	80	0	0	42	0	0	E	6								
1	Teoria și practica instruirii în mediu montan - sărituri cu	DD	DO	28	80	0	0	42	0	0	E	6								

Universitatea Transilvania din Brașov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ - FR**Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**Durata studiilor: **3 ani**Forma de învățământ: **Frecvență redusă**

RECTOR,

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %
1	Obligatoriu	728	756	602	2086	93.71
2	Optional	0	0	140	140	6.29
	Total	728	756	742	2226	100

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %
1	Discipline fundamentale	308	252	0	560	25.16
2	Discipline de domeniu	350	196	154	700	31.45
3	Discipline de specialitate	0	210	462	672	30.19
4	Discipline complementare	56	98	70	224	10.06
5	Discipline la alegerea universității	14	0	56	70	3.14
	Total	728	756	742	2226	100

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCUCoordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENEDIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. FLORENTINA NECHITACOORDONATOR PROGRAM STUDII,
LECT. DR. GHEORGHE ADRIAN ONEA