

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

al promoției 2021 - 2024

Universitatea Transilvania din Brașov

**Programul de studii
universitare de licență**

Sport și performanță motrică - FR

Domeniul fundamental

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 direcționat către formarea cadrelor didactice de specialitate, abilitate cu capacități și competențe pe direcția proiectării, conducerii și evaluării actului de predare-învățare la nivelul stadiului I al antrenamentului sportiv.

Obiectivele secundare al programului de studii sunt:

- formarea specialistului cu studii de licență în domeniul educației fizice și sportului;
- formarea specialistului cu capacități de cercetare științifică, pentru asigurarea suportului științific necesar cunoașterii, dezvoltării și evoluției domeniului;
- implicarea absolvenților într-o gamă variată de activități conexe domeniului educației fizice și sportului (expert, consilier pe probleme sportive, antrenor, instructor sportiv, monitor de timp liber, funcționar de stat sau funcționar public).

Obiectivele și profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu nevoile identificate pe piața muncii și cu cadrul național al calificărilor sunt prezentate sintetic în cele ce urmează și detaliat în fișele disciplinelor aferente prezentului plan de învățământ.

Obiectivele educaționale, formulate din perspectiva cadrului didactic și rezultate prin operaționalizarea competențelor de formare, structurate pe cele trei dimensiuni, sunt:

1. Obiective cognitive:

- să cunoască aparatul noțional specific domeniului educație fizică și sport;
- să cunoască implicațiile biologice și sociale ale practicării activităților de tip sportiv;
- să cunoască sistemul de mijloace cu care se operează în activitățile specifice educației fizice și sportului;
- să cunoască componentele procesului instructiv-educativ de educație fizică și sportivă precum și factorii antrenamentului sportiv;
- 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 și a procesului de antrenament sportiv – stadiul I.

1. Obiective aplicativ-practice (instrumental-operaționale):

- să fie capabil de a analiza interdisciplinar diferitele forme de manifestare ale motricității umane și a capacității de performanță motrică;
- să aibă capacitatea de a se exprima motric la un nivel compatibil cu cerințele profesionale ulterioare și de a conștientiza parametri 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 noi;
- să fie capabil de a aplica creativ cunoștințele dobândite în facultate, în situații profesionale diverse;
- să aibă capacitatea de a își organiza eficient activitatea profesională.

1. Obiective 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 sport;
- 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 de echipă.

Competențe profesionale

- proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară;
- organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar;
- evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice ramurii de sport;
- descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport;
- evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică, pe ramură de sport;
- utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.

Competențe transversale

- organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și nivele de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională;
- îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție / pregătire / competiție sportivă;
- autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

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

Anul de studii	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 alegerea traseului de specializare al studentului. Alegerea traseului se face de către fiecare student în semestrul IV, în care parcurge Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență (cod SPEL).

Disciplinele la alegere (opționale) sunt propuse începând cu semestrul al treilea 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.

Stagiul de practică în centre de inițiere în sport/pe ramuri de sport (cod SPIS05 și SPIS06) se va efectua în concordanță cu specializarea pentru care a optat studentul la disciplina Metodica antrenamentului pe ramuri de sport (cod MA05 și MA06).

Pe parcursul studiilor este obligatoriu avizul medical anual privind starea de sănătate a tuturor studenților în vederea practicării educației fizice și sportului sau declarația acestora pe proprie răspundere privind starea de sănătate necesară participării la activitățile didactice specifice programului de studiu.

5. EXAMENUL DE LICENȚĂ

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

Definitivarea proiectului de licență: în ultimul semestru de studii (VI).

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: 2
 - 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.

Universitatea Transilvania din Braşov
Facultatea de Educație fizică și sporturi montane
 Programul de studii universitare de licență: **Sport și performanță motrică - FR**
 Domeniul fundamental:
 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 2021-2022

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	44	0	0	28	0	0	E	4													
4	Bazele generale ale gimnasticii	DF	DI	28	44	0	0	28	0	0	E	4													
5	Teoria și practica instruirii în schi alpin	DD	DI	28	55	0	0	42	0	0	E	5													
6	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	DI	14	22	0	0	14	0	0	C	2													
7	Istoria educatiei fizice si sportului	DA U	DI	14	22	12	2	0	0	0	C	2													
8	Aplicații practice în schi alpin	DD	DI	0	58	0	0	0	42	0	V	4													
9	Scriere academică	DC	DI	0	11	8	6	0	0	0	V	1													
10	Limba engleză 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
10	Limba franceză 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
10	Limba spaniolă 1	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
11	Fiziologie	DD	DI										28	58	12	2	0	0	0	E	4				
12	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI										14	33	0	0	28	0	0	E	3				
13	Bazele generale ale handbalului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4				
14	Bazele generale ale fotbalului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4				
15	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	DI										14	33	0	0	28	0	0	C	3				
16	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	DI										14	33	0	0	28	0	0	C	3				
17	Teoria instruirii în turism-orientare	DD	DI										28	58	0	0	14	0	0	E	4				
18	Aplicații practice în turism-orientare	DD	DI										0	47	0	0	0	28	0	V	3				
19	Limba engleză 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
19	Limba franceză 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
19	Limba spaniolă 2	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
Total				168	358	52	18	112	42	0	E 5	C 3	V 2	30	168	372	20	8	154	28	0	E 5	C 3	V 1	30
Total ore didactice pe semestru				392									378												

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

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

**DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA**

**COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. GABRIEL SIMION**

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane

Programul de studii universitare de licenţă: **Sport şi performanţă motrică - FR**

Domeniul fundamental:

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 2022-2023

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 educaţiei fizice şi sportului	DF	DI	28	58	12	2	0	0	0	E	4									
2	Teoria şi practica instruirii în schi fond	DD	DI	14	58	0	0	28	0	0	E	4									
3	Teoria şi practica instruirii în nataţie 1	DD	DI	0	22	0	0	28	0	0	V	2									
4	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DI	28	44	24	4	0	0	0	E	4									
5	Teoria şi practica instruirii în sportul de expresie - Fitness	DD	DI	28	19	0	0	28	0	0	C	3									
6	Teoria şi practica instruirii în sporturi de apă	DD	DI	28	33	0	0	14	0	0	C	3									
7	Aplicaţii practice în discipline sportive de iarnă - schi fond	DD	DI	0	58	0	0	0	42	0	V	4									
8	Limba engleză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2									
8	Limba franceză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2									
8	Limba spaniolă 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2									
9	Psihopedagogia	DF	DI										14	22	12	2	0	0	0	C	2
10	Bazele generale ale baschetului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4
11	Bazele generale ale voleiului	DF	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4
12	Metodica educaţiei fizice şi sportului	DF	DI										28	58	12	2	0	0	0	E	4
13	Teoria şi practica instruirii în nataţie 2	DD	DI										28	44	0	0	28	0	0	E	4
14	Metode de cercetare în ştiinţa sportului şi educaţiei fizice	DC	DI										28	58	12	2	0	0	0	C	4
15	Aplicaţii practice în discipline sportive de apă	DD	DI										0	58	0	0	0	42	0	V	4
16	Stagiu de pregătire şi elaborare a lucrării de licenţă	DD	DI										0	22	0	0	0	28	0	V	2
17	Limba engleză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2
17	Limba franceză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2

17	Limba spaniolă 4	DC	DI											14	22	8	6	0	0	0		C		2	
Total				140	314	44	12	98	42	0	E	C	V	26	168	372	44	12	84	70	0	E	C	V	30
											3	3	2									4	3	2	
Total ore didactice pe semestru				336										378											

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			Cr
1	Amenajare baze sportive	DS	DO	28	58	12	2	0	0	0	E			4											
1	Echipamente, aparate și instalații folosite în sport	DS	DO	28	58	12	2	0	0	0	E			4											
Total				28	58	12	2	0	0	0	E	C	V	4	0	0	0	0	0	0	0	E	C	V	0
										1	0	0	0									0	0	0	
Total ore didactice pe semestru				42											0										

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

Coordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENE

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. GABRIEL SIMION

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de licență: **Sport și performanță motrică - FR**

Domeniul fundamental:

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 III

Nr. crt.	Discipline cu criteriu: 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	58	12	2	0	0	0	E	4									
2	Fiziologia efortului sportiv	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
3	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	C	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Fotbal 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Handbal 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Baschet 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Volei 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Schi 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Natație 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Gimnastică 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_atletism 1	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	E	5									
5	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport 1	DS	DI	0	8	0	0	0	42	0	V	2									

[illegible]

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			Cr
1	Etică și deontologie în antrenamentul sportiv	DA U	DO	28	58	12	2	0	0	0	E			4											
1	Sociologia în Știința sportului și educației fizice	DA U	DO	28	58	12	2	0	0	0	E			4											
2	Utilizare soft-uri specializate în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	DO	28	33	0	0	14	0	0	C			3											
2	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice	DC	DO	28	33	0	0	14	0	0	C			3											
Total				56	91	12	2	14	0	0	E	C	V	7	0	0	0	0	0	0	0	E	C	V	0
											1	1	0									0	0	0	
Total ore didactice pe semestru				84											0										

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

Coordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENE

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. GABRIEL SIMION

Universitatea Transilvania din Brașov
Facultatea de Educație fizică și sporturi montane
 Programul de studii universitare de licență: **Sport și performanță motrică - FR**
 Domeniul fundamental:
 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	Obligativu	770	714	672	2156	94.48
2	Optional	0	42	84	126	5.52
	Total	770	756	756	2282	100

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %
1	Discipline fundamentale	294	224	0	518	22.7
2	Discipline de domeniu	378	336	42	756	33.13
3	Discipline de specialitate	0	98	588	686	30.06
4	Discipline complementare	70	98	42	210	9.2
5	Discipline la alegerea universității	28	0	84	112	4.91
	Total	770	756	756	2282	100

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCU

Coordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENE

DIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. GABRIEL SIMION