

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

al promoției 2023 - 2026

Universitatea Transilvania din Brașov

**Programul de studii
universitare de licență**

SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ - 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 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 și în activitățile de educație fizică.

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. Programul de studii are validată calificarea în Registrului Național al Calificărilor în Învățământul Superior, conform deciziei numărul 3481 din 21.02.2019, având cod COR ISCO-08 235923- profesor-antrenor și 233002 - profesor în învățământul gimnazial.

Pe lângă această calificare, se asigură prin protocoalele cadru încheiate cu Centrul Național de Formare și Perfecționare al Antrenorilor și calificarea de antrenor într-o ramură sportivă, cod COR ISCO-08 324201.

Obiectivele secundare ale 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;
- formarea specialistului cu valențe integrative într-o gamă variată de activități conexe domeniului educației fizice și sportului (expert, consilier pe probleme sportive, monitor de timp liber, funcționar de stat sau funcționar public).

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.

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

- să fie capabil de a analiza interdisciplinar diferitele forme de manifestare ale motricității umane și ale capacității de performanță motrică;
- 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 noi;
- 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.

3. Obiective 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 și rezultate ale învățării

Cp.1. Proiectarea activităților instructiv-educative specifice educației fizice și antrenamentului sportiv

R.Î. 1.1. Absolventul proiectează unități de învățare corelate cu competențele curriculare și raportate la resursele disponibile.

R.Î. 1.2. Absolventul dezvoltă strategii de predare și evaluare specifice și eficiente pentru fiecare unitate de învățare proiectată.

R.Î. 1.3. Absolventul identifică și adaptează programele de învățare motrică atât pentru diferite grupuri de elevi cu nevoi specifice cât și pentru practicanții sportului la nivel de inițiere și consolidare a deprinderilor motrice.

R.Î. 1.4. Absolventul creează un plan anual de învățământ (un plan anual de pregătire), precum și alte planuri calendaristice (mezociclu, microciclu, plan de lecție), coerente și flexibile.

R.Î. 1.5. Absolventul utilizează tehnologii educaționale moderne pentru a facilita procesul de învățare în cadrul lecțiilor de educație fizică și antrenament sportiv.

R.Î. 1.6. Absolventul evaluează constant eficacitatea planurilor de lecție și/sau a planurilor de antrenament adaptându-le permanent în funcție de feedback-ul elevilor.

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

R.Î. 1.8. Absolventul identifică resursele materiale necesare predării lecțiilor și/sau antrenamentelor sportive.

R.Î. 1.9. Absolventul dezvoltă abilități de comunicare și colaborare cu conducerea instituției, cu colegii, cu elevii/sportivii, precum și cu Inspectoratul Școlar Județean în scopul planificării și derulării activităților educaționale specifice domeniului.

R.Î. 1.10. Absolventul se autoevaluează permanent privind competențele didactice în scopul dezvoltării abilităților profesionale.

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

R.Î. 2.1. Absolventul organizează eficient resursele de timp și de spațiu în cadrul lecțiilor de educație fizică și de antrenament sportiv.

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

R.Î. 2.3. Absolventul gestionează cu responsabilitate resursele materiale, inclusiv echipamentele sportive specifice.

R.Î. 2.4. Absolventul creează un mediu de învățare pozitiv, atractiv și stimulator în cadrul lecțiilor de educație fizică și de antrenament sportiv.

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

R.Î. 2.6. Absolventul dezvoltă și implementează protocoale de prim ajutor și siguranță în cadrul activităților specifice desfășurate.

- R.Î. 2.7. Absolventul colaborează cu cadre didactice, cercetători și specialiști pentru a oferi conținuturi de învățare permanent adaptate nevoilor/cerințelor individuale ale elevilor/sportivilor.
- R.Î. 2.8. Absolventul organizează, derulează și monitorizează diferite activități specifice, cum ar fi turnee sportive și competiții școlare.
- R.Î. 2.9. Absolventul evaluează, monitorizează și înregistrează permanent progresul elevilor/sportivilor în cadrul activităților specifice desfășurate.
- R.Î. 2.10. Absolventul manifestă constant dorința de dezvoltare și de perfecționare a conținutului noțional, aptitudinal și managerial specific activității sale profesionale.

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

- R.Î. 3.1. Absolventul creează un mediu de învățare propice și performanțial bazat pe etică, integritate și valori morale în cadrul clasei de elevi/grupului de sportivi.
- R.Î. 3.2. Absolventul observă, discută și corectează comportamentul elevilor/sportivilor în timpul lecțiilor și activităților sportive.
- R.Î. 3.3. Absolventul dezvoltă o comunicare pozitivă cu elevii/sportivii în scopul implicării active a acestora în procesul de predare/învățare.
- R.Î. 3.4. Absolventul identifică nevoile elevilor/sportivilor precum și diferențele culturale/fizice/sociale dintre aceștia.
- R.Î. 3.5. Absolventul dezvoltă abilități de comunicare și rezolvare a conflictelor în cadrul clasei/echipei.
- R.Î. 3.6. Absolventul colaborează cu părinții și diriginții elevilor/sportivilor în scopul asigurării unui climat optim necesar dezvoltării polivalente a acestora.
- R.Î. 3.7. Absolventul utilizează metode de evaluare a comportamentului și a performanței elevilor/sportivilor.
- R.Î. 3.8. Absolventul promovează spiritul de echipă și de fair-play în cadrul activităților didactice și a competițiilor sportive.
- R.Î. 3.9. Absolventul dezvoltă abilități de monitorizare și coordonare a activităților elevilor/sportivilor pentru a facilita integrarea socială a acestora.
- R.Î. 3.10. Absolventul manifestă atenție permanentă privind aspectele profesionale specifice postului, în scopul autoperfecționării continue.

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 a antrenamentului sportiv.
- R.Î. 1.2. Absolventul colaborează permanent cu specialiști din domenii conexe în scopul realizării și promovării unor programe și inițiative comune.
- R.Î. 1.3. Absolventul utilizează tehnologii și platforme informatice pentru a menține și dezvolta o interacțiune constructivă, permanentă cu părțile elevii/sportivii și părinții acestora.
- R.Î. 1.4. Absolventul gestionează conflictele spontane cu celeritate, înțelegere și decență, promovând un mediu de activitate sănătos, bazat pe comunicare și înțelegerea reciprocă a nevoilor.
- R.Î. 1.5. Absolventul identifică, înțelege și armonizează 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/sportivilor, precum și pe cele ale părinților.

Ct.2. Dezvoltarea și managementul carierei

R.Î. 2.1. Absolventul se raportează în activitatea sa didactică la propriile obiective și provocări profesionale.

R.Î. 2.2. Absolventul identifică și evaluează oportunitățile de dezvoltare personală, precum și traseul de evoluție profesională.

R.Î. 2.3. Absolventul dezvoltă un portofoliu de competențe bazat pe achiziții 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 perfecționare, seminarii tematice și conferințe științifice.

R.Î. 2.5. Absolventul înțelege și respectă regulamentele și cerințele legale ale calificărilor și competențelor profesionale solicitate în profesie.

R.Î. 2.6. Absolventul monitorizează și controlează evoluția în carieră, inclusiv schimbarea locurilor de muncă sau specializarea în domenii conexe 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: 27 (28 an I, sem. II)

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	3	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

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

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 MA05și 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.

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 STUDIU URMĂTOR. CONDIȚII DE PROMOVARE A UNUI AN DE STUDIU

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

5. EXAMENUL DE FINALIZARE A STUDIILOR

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).

- Proba I – examen scris și probă practico-metodică (testarea cunoștințelor în domeniul de licență și în specializarea studiată) – 5 credite
- Proba II – elaborarea și susținerea lucrării de licență – 5 credite

Media minimă de promovare a fiecărei probe este 5,00 iar media minimă de promovare a examenului de licență este 6,00.

6. DISCIPLINELE DE STUDIU 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: **SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ - 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 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	Anatomie funcțională	DD	DI	28	33	12	2	0	0	0	E	3													
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	113	0	0	42	42	0	E	9													
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	DC	DI	0	11	8	6	0	0	0	V	1													
9	Fiziologie	DD	DI										28	33	12	2	0	0	0	E	3				
10	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI										14	33	0	0	28	0	0	E	3				
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										14	33	0	0	28	0	0	C	3				
14	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	DI										14	33	0	0	28	0	0	C	3				
15	Limba engleza 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				
16	Teoria și practica instruirii în mediul montan- schi fond	DD	DI										28	80	0	0	42	0	0	E	6				
Total				154	372	40	16	126	42	0	E 5	C 2	V 1	30	168	372	20	8	182	0	0 5	E 3	C 3	V 0	30
Total ore didactice pe semestru				378									378												

DECAN,

Coordonatorul CIDIFR,

CONF. DR. IOAN TURCU

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

CONF. DR. ANA ENE

**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: **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 metodica educației fizice și sportului	DF	DI	28	58	12	2	0	0	0	E	4													
2	Teoria și practica instruirii în natație 1	DD	DI	0	22	0	0	28	0	0	V	2													
3	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DI	28	44	24	4	0	0	0	E	4													
4	Teoria și practica instruirii în sportul de expresie - Fitness	DD	DI	28	69	0	0	28	0	0	C	5													
5	Teoria și practica instruirii în sporturi de apă	DD	DI	28	33	0	0	28	0	0	C	3													
6	Limba engleză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
6	Limba franceză 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
6	Limba spaniolă 3	DC	DI	14	22	8	6	0	0	0	C	2													
7	Psihopedagogia	DF	DI										28	33	12	2	0	0	0	C	3				
8	Bazele generale ale baschetului	DF	DI										28	69	0	0	28	0	0	E	5				
9	Bazele generale ale voleiului	DF	DI										28	69	0	0	28	0	0	E	5				
10	Teoria, practica instruirii în natație și aplicații în discipline sportive de apă	DD	DI										28	127	0	0	28	42	0	E	9				
11	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DC	DI										28	19	24	4	0	0	0	C	3				
12	Teoria și practica instruirii în schi biatlon	DD	DI										28	33	0	0	14	0	0	C	3				
13	Limba engleză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
13	Limba franceză 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
13	Limba spaniolă 4	DC	DI										14	22	8	6	0	0	0	C	2				
Total				126	248	44	12	84	0	0	E 2	C 3	V 1	20	182	372	44	12	98	42	0 3	E 3	C 4	V 0	30
Total ore didactice pe semestru				266										378											

Nr. crt.	Discipline cu criterii: 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	Biomecanică aplicată în educație fizică și sport	DS	DO	28	69	24	4	0	0	0	E			5												
1	Principiile mișcării în educație fizică și sport	DS	DO	28	69	24	4	0	0	0	E			5												
2	Știința planificării în antrenamentul sportiv	DS	DO	28	69	24	4	0	0	0	E			5												
2	Realizarea documentelor specifice de planificare în antrenamentul sportiv	DS	DO	28	69	24	4	0	0	0	E			5												
Total				56	138	48	8	0	0	0	E	C	V	10	0	0	0	0	0	0	0	0	E	C	V	0
											2	0	0										0	0	0	
Total ore didactice pe semestru				112											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 Educaţie fizică şi sporturi montane

Programul de studii universitare de licenţă: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ - 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 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 şi somato-funcţională	DD	DI	28	69	24	4	0	0	0	E	5									
2	Fiziologia efortului sportiv	DS	DI	28	83	0	0	14	0	0	E	5									
3	Refacerea şi recuperarea în sportul de performanţă	DS	DI	28	69	0	0	28	0	0	C	5									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Fotbal 1	DS	DI	42	80	0	0	28	0	0	E	6									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Schi 1	DS	DI	42	80	0	0	28	0	0	E	6									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Gimnastică 1	DS	DI	42	80	0	0	28	0	0	E	6									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_atletism 1	DS	DI	42	80	0	0	28	0	0	E	6									
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Volei/Handbal 1	DS	DI	42	0	0	0	28	0	0	E	6									
5	Stagiu de practică în structuri ale sportului	DS	DI	0	8	0	0	0	42	0	V	2									
6	Stagiu de practică în centre de iniţiere în sport	DS	DI	0	19	0	0	0	56	0	V	3									
7	Psihologia sportului	DS	DI										28	69	24	4	0	0	0	E	5
8	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Fotbal 2	DS	DI										42	55	0	0	28	0	0	E	5
8	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_Schi 2	DS	DI										42	55	0	0	28	0	0	E	5

8	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_ Gimnastică 2	DS	DI											42	55	0	0	28	0	0	E	5			
8	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_atletism 2	DS	DI											42	55	0	0	28	0	0	E	5			
8	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport_ Volei/Handbal 2	DS	DI											42	55	0	0	28	0	0	E	5			
9	Tehnici de monitorizare a performanței sportive	DS	DI											28	69	0	0	28	0	0	C	5			
10	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	DS	DI											28	44	0	0	28	0	0	E	4			
11	Stagiu de practică în acțiuni și evenimente sportive-outdoor	DS	DI											0	58	0	0	0	42	0	V	4			
12	Șah	DA U	DI											28	58	12	2	0	0	0	E	4			
13	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	DI											0	19	0	0	0	56	0	V	3			
Total				126	328	24	4	70	98	0	E 3	C 1	V 2	26	154	372	36	6	84	98	0	E 4	C 1	V 2	30
Total ore didactice pe semestru				322											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	Etică și deontologie în antrenamentul sportiv	DA U	DO	28	44	24	4	0	0	0	E			4											
1	Sociologia în Știința sportului și educației fizice	DA U	DO	28	44	24	4	0	0	0	E			4											
Total				28	44	24	4	0	0	0	E	C	V	4	0	0	0	0	0	0	0	E	C	V	0
											1	0	0									0	0	0	
Total ore didactice pe semestru				56											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: **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	756	644	700	2100	92.59
2	Optional	0	112	56	168	7.41
	Total	756	756	756	2268	100

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %
1	Discipline fundamentale	294	196	0	490	21.6
2	Discipline de domeniu	392	280	112	784	34.57
3	Discipline de specialitate	0	168	546	714	31.48
4	Discipline complementare	70	112	0	182	8.02
5	Discipline la alegerea universității	0	0	98	98	4.32
	Total	756	756	756	2268	100

DECAN,
CONF. DR. IOAN TURCUCoordonatorul CIDIFR,
CONF. DR. ANA ENEDIRECTOR DEPARTAMENT,
CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEACOORDONATOR PROGRAM STUDII,
CONF. DR. GABRIEL SIMION