

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
al promoției 2022 - 2025

Universitatea Transilvania din Brașov

Programul de studii
universitare de Licență

Sport și performanță motrică - Zi

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:

cu frecvență

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 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;
- 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 competente 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 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 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 an I, sem. II)

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	3	3	2	2 stagii	3	1	12
Anul II	14	14	3	3	2	2 stagii	3	1	12
Anul III	14	14	3	3	2	4 stagii	3	1	-

3. ASIGURAREA FLEXIBILIZĂRII INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin alegerea traseului de specializare al studentului. Alegerea traseului se face individual, de fiecare student, în semestrul patru.

Disciplinele opționale (la alegere) sunt propuse începând cu semestrul al III-lea și sunt grupate în discipline opționale sau pachete opționale, care completează traseul de specializare al studentului. Alegerea traseului se realizează de fiecare student în anul universitar anterior derulării disciplinelor / pachetelor de discipline opționale.

Organizarea cursurilor la *disciplinele facultative* se realizează prin *Departamentul de Formare continuă* al Universității Transilvania din Brașov. 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 menționeze în registrul matricol conform opțiunii studentului. Disciplinele facultative propuse de facultăți sau disciplinele altor programe de studiu alese de student se grupează în 5 module:

1. Modul A (discipline socio-umane)
2. Modul B (limbi moderne)

3. Modul C (informatică)
4. Modul D (tehnice)
5. Modul E (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*. Alocarea creditelor pentru disciplinele facultative se realizează 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* și în *Instrucțiuni privind inițierea și derularea disciplinelor facultative*. Alocarea creditelor aferente disciplinelor facultative se realizează în urma susținerii colocviului de absolvire a cursului respectiv, creditele obținute neînlocuind creditele pentru disciplinele obligatorii și opționale.

Stagiul de practică în centre de inițiere în sport / pe ramuri de sport, se va efectua în concordanță cu specializarea pentru care a optat studentul la disciplina Metodica antrenamentului pe ramuri de sport.

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).

- Proba I – examen scris
- 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. 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 nivele, respectiv:

- Nivel I (inițial) – care acordă absolvenților de studii universitare dreptul să ocupe posturi didactice în învățământul sportiv 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 sportiv liceal, postliceal sau superior, cu satisfacerea a trei 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.
- admiterea la studii universitare de doctorat în domeniu.

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

7. DISCIPLINELE DE STUDIU PE ANI

Aprobat în ședință
 Senatului Universității Tra
 din Brașov din data
 24 Septembrie 2022

ANUL I

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ "	C ₂ "	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
1	Anatomie funcțională	DD	DI	2	1	0	0	33	E	3											
2	Kinesiologie	DF	DI	1	1	0	0	22	E	2											
3	Bazele generale ale atletismului	DF	DI	2	0	2	0	69	E	5											
4	Bazele generale ale gimnasticii	DF	DI	2	0	2	0	69	E	5											
5	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediul montan-schi alpin	DD	DI	2	0	3	3	113	E	9											
6	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	DI	1	0	2	0	33	C	3											
7	Limba engleză 1	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
7	Limba franceză 1	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
7	Limba spaniolă 1	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
8	Scriere academică	DC	DI	1	0	0	0	11	V	1											
1	Fiziologie	DD	DI								2	1	0	0	33	E	3				
2	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI								1	0	2	0	33	E	3				
3	Bazele generale ale handbalului	DF	DI								2	0	2	0	69	E	5				
4	Bazele generale ale fotbalului	DF	DI								2	0	2	0	69	E	5				
5	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	DI								1	0	2	0	33	C	3				
6	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	DI								1	0	2	0	33	C	3				
7	Limba engleză 2	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
7	Limba spaniolă 2	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
7	Limba franceză 2	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
8	Teoria și practica instruirii în mediul montan- schi fond	DD	DI								2	0	3	0	80	E	6				
Total				12	3	9	3	372	E	C	V	30	12	2	13	0	372	E	C	V	30
Total ore didactice pe săptămână				27							27										

Legendă:

- C₁" = criteriul conținutului: DF – discipline fundamentale DD – discipline în domeniu (unde este cazul)
 DS – discipline de specialitate DC – discipline complementare
 C₂" = criteriul obligativității: DI – discipline obligatorii (impuse) DO – discipline opționale
 SI = ore de studiu individual DFC – discipline facultative

RECTOR,
 PROFESOR DR. IOAN VASILE ABRUDAN



DECAN,
 CONFERENȚIAR DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DEPARTMENT,
LECTOR/SEF LUCRARI DR. BOGDAN MARIAN OANCEA



COORDONATOR PROGRAM STUDII,
PROFESOR DR. RAZVAN SANDU ENOIU



Ministerul Educației

Universitatea Transilvania din Brașov

Facultatea de Educație fizică și sporturi montane

Programul de studii universitare de Licență: Sport și performanță motrică - Zi

Domeniul fundamental: Știința Sportului și Educației Fizice

Domeniul de Licență: Educație fizică și sport

Durata studiilor: 3 ani

Forma de învățământ: Zi

Plan de învățământ valabil în an universitar 2023-2024

ANUL II

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
1	Teoria și metodică educației fizice și sportului	DF	DI	2	1	0	0	58	E	4											
2	Teoria și practica instruirii în natație 1	DD	DI	0	0	2	0	22	V	2											
3	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DI	2	2	0	0	44	E	4											
4	Teoria și practica în sportul de expresie- fitness	DD	DI	2	0	2	0	69	C	5											
5	Teoria și practica instruirii în sporturi de apă	DD	DI	2	0	2	0	19	C	3											
8	Limba engleză 3	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
8	Limba spaniolă 3	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
8	Limba franceză 3	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2											
1	Psihopedagogia	DF	DI								1	2	0	0	33	C	3				
2	Bazele generale ale baschetului	DF	DI								2	0	2	0	69	E	5				
3	Bazele generale ale voleiului	DF	DI								2	0	2	0	69	E	5				
4	Teoria, practica instruirii în natație și aplicații sportive de apă	DD	DI								2	0	2	3	127	E	9				
5	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DC	DI								2	2	0	0	19	C	3				
6	Teoria și practica instruirii în schi biatlon	DD	DI								2	0	1	0	33	C	3				
7	Limba engleză 4	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
7	Limba spaniolă 4	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
7	Limba franceză 4	DC	DI								1	1	0	0	22	C	2				
Total				9	4	6	0	234	E	C	V	20	12	5	7	3	372	E	C	V	30
Total ore didactice pe săptămână				19							27										

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Optional	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
6	Biomecanică aplicată în educație fizică și sport	DS	DO	2	2	0	0	69	E	5											
6	Principiile mișcării în educație fizică și sport	DS	DO	0	0	0	0	0	E	5											
7	Știința planificării în antrenamentul sportiv	DS	DO	2	2	0	0	69	E	5											
7	Realizarea documentelor specifice de planificare în antrenamentul sportiv	DS	DO	0	0	0	0	0	E	5											
Total				4	4	0	0	138	E	C	V	10	0	0	0	0	0	E	C	V	0

Total ore didactice pe săptămână						2	0	0										0	0	0
	8										0									

Legendă:

C₁ = criteriul conținutului

DS – discipline de specialitate

C₂ = criteriul obligativității

SI = ore de studiu individual

DF – discipline fundamentale

DC – discipline complementare

DI – discipline obligatorii (impuse)

DD – discipline în domeniu (unde este cazul)

DO – discipline opționale

DFc – discipline facultative

RECTOR,

PROFESOR DR. IOAN VASILE ABRUDAN

DIRECTOR DEPARTAMENT,

LECTOR/SEF LUCRARI DR. BOGDAN MARIAN OANCEA



DECAN,

CONFERENȚIAR DR. IOAN TURCU

COORDONATOR PROGRAM STUDII,

PROFESOR DR. RAZVAN SANDU ENOIU

CONFORM CU ORIGINALUL

Ministerul Educației
 Universitatea Transilvania din Brașov
Facultatea de Educație fizică și sporturi montane
 Programul de studii universitare de Licență: **Sport și performanță motrică - Zi**
 Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**
 Domeniul de Licență: **Educație fizică și sport**
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învățământ: **ZI**

Plan de învățământ valabil în an universitar 2024-2025

ANUL III

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ ''	C ₂ ''	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
1	Evaluare motrică și somato-funcțională	DD	DI	2	2	0	0	69	E	5											
2	Fiziologia efortului sportiv	DS	DI	2	0	2	0	69	E	5											
3	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	DS	DI	2	0	2	0	69	C	5											
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 1	DS	DI	2	0	2	0	94	E	6											
5	Stagiu de practică în structuri ale sportului	DS	DI	0	0	3	0	8	V	2											
6	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport	DS	DI	0	0	4	0	19	V	3											
1	Psihologia sportului	DS	DI								2	2	0	0	69	E	5				
1	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 2	DS	DI								2	0	2	0	69	E	5				
3	Tehnici de monitorizare a performanței sportive	DS	DI								2	0	2	0	69	C	5				
4	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	DS	DI								2	0	2	0	44	E	4				
5	Stagiu de practică în acțiuni și evenimente sportive-outdoor	DS	DI								0	0	0	3	58	V	4				
6	Șah	DAU	DI								2	2	0	0	44	E	4				
7	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	DI								0	0	0	4	19	V	3				
Total				8	2	13	0	328	E	C	V	26	10	4	6	7	372	E	C	V	30
Total ore didactice pe săptămână				23							27										

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Optional	C ₁ ''	C ₂ ''	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
7	Etică și deontologie în antrenamentul sportiv	DAU	DO	2	2	0	0	44	E	4											
7	Sociologia în Știința sportului și educației fizice	DAU	DO	0	0	0	0	0	E	4											
Total				2	2	0	0	44	E	C	V	4	0	0	0	0	0	E	C	V	0
Total ore didactice pe săptămână				4							0										

Legendă:

C₁' = *criteriul conținutului* DF – discipline fundamentale DD – discipline în domeniu (unde este cazul)
 DS – discipline de specialitate DC – discipline complementare DO – discipline opționale
 C₂'' = *criteriul obligativității* DI – discipline obligatorii (impuse) DFC – discipline facultative

SI = ore de studiu individual



RECTOR,
PROFESOR DR. IOAN VASILE ABRUDAN

DIRECTOR DEPARTAMENT,
LECTOR/SEF LUCRARI DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

DECAN,
CONFERENTAR DR. IOAN TURCU

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
PROFESOR DR. RAZVAN SANDU ENOIU

CONFORM CU
ORIGINALUL

Ministerul Educației
 Universitatea Transilvania din Brașov
 Facultatea de Educație fizică și sporturi montane
 Programul de studii universitare de Licență: **Sport și performanță motrică - Zi**
 Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**
 Domeniul de Licență: **Educație fizică și sport**
 Durata studiilor: **3 ani**
 Forma de învățământ: **Zi**

BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Obligatoriu	756	644	700	2100.00	92.59	
2	Optional	0	112	56	168.00	7.41	
	Total	756	756	756	2268	100	

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Discipline fundamentale	294	196	0	490	21.6	
2	Discipline în domeniu	392	280	112	784	34.57	
3	Discipline de specialitate	0	168	532	700	30.86	
4	Discipline complementare	70	112	0	182	8.02	
5	Disciplina la alegerea universitatii	0	0	112	112	4.94	
	Total	756	756	756	2268	100	

RECTOR,
PROFESOR DR. IOAN VASILE ABRUDAN



DIRECTOR DEPARTAMENT,
LECTOR/SEF LUCRARI DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

DECAN,
CONFERENȚIAR DR. IOAN TURCU

COORDONATOR PROGRAM STUDII,
PROFESOR DR. RAZVAN SANDU ENOIU

**CONFORM CU
 ORIGINALUL**