

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
al promoției 2025 - 2028

UNIVERSITATEA TRANSILVANIA DIN BRAȘOV

Programul de studii
universitare de licență

SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ

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 (IF)

1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Obiectivul general al programului de studii este direcționat către formarea academică a cadrelor didactice de specialitate prin dezvoltarea de competențe profesionale și transversale specifice domeniului fundamental Știința sportului și educației fizice. Programul de studii asigură transferul de cunoștințe fundamentale și de specialitate, precum și formarea de abilități și responsabilități specializate pe direcția proiectării, conducerii și evaluării procesului de instruire în educația fizică și în performanța sportivă la nivelul stadiului I al antrenamentului sportiv.

Programul de studii conferă calificarea de licențiat în Educație fizică și sport.

Programul are la bază un demers integrat, ce îmbină dimensiunea teoretică cu cea aplicativă, în acord cu cerințele Cadrului Național al Calificărilor (CNC) și al Cadrului European al Calificărilor (EQF), nivelul 6 – licență.

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

Programul este înscris în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior cu următoarele coordonate:

cod ocupație: 2230 Profesor în învățământul secundar, ocupația vizată: COR ESCO 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 08 324201.

Profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu cadrul național al calificărilor, precum și cu rezultatele învățării asociate acestor competențe este prezentat sintetic mai jos. Prezentarea detaliată a competențelor și a rezultatelor învățării se regăsește în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

COMPETENȚE PROFESIONALE DE BAZĂ (CP)

CP1 Gestionează resursele utilizate în scopuri educationale

Rezultatele învățării

1.1. Cunoștințe

R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

R.Î. 1.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 1.1.3. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

1.2. Abilități

R.Î. 1.2.1. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 1.2.2. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

R.Î. 1.2.3. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 1.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 1.3.2. Studentul / absolventul utilizează în mod optim materialele și instalațiile sportive.

R.Î. 1.3.3. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

CP2 Utilizează strategii pedagogice pentru creativitate

Rezultatele învățării

2.1. Cunoștințe

R.Î. 2.1.1. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

R.Î. 2.1.2. Studentul / absolventul definește noțiunile generale ale domeniului astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.

R.Î. 2.1.3. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

2.2. Abilități

R.Î. 2.2.1. Studentul / absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate.

R.Î. 2.2.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică programe formative, educative și de recuperare.

R.Î. 2.2.3. Studentul / absolventul inovează programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți..

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 2.3.1. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

R.Î. 2.3.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a întocmi programe de reabilitare funcțională.

R.Î. 2.3.3. Studentul / absolventul adaptează stilul didactic în funcție de particularitățile de vârstă, nivelul de pregătire și nevoile creative ale subiecților.

CP3. Oferă feedback constructiv

Rezultatele învățării

3.1. Cunoștințe

R.Î. 3.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 3.1.2. Studentul / absolventul cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup.

R.Î. 3.1.3. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

3.2. Abilități

R.Î. 3.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 3.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 3.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 3.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 3.3.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea asupra intervențiilor pe baza noțiunilor fundamentale dobândite.

R.Î. 3.3.3. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

CP4. Pregateste continutul lectiei

Rezultatele învățării

4.1. Cunoștințe

R.Î. 4.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 4.1.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup..

R.Î. 4.1.3. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

4.2. Abilități

R.Î. 4.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului;

R.Î. 4.2.2. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 4.2.3. Studentul / absolventul Aplică elemente de management organizațional și educațional.

c.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 4.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 4.3.2. Studentul / absolventul Întocmește documente de planificare a activității specifice

R.Î. 4.3.3. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

CP5. Dezvolta materiale educationale digitale

Rezultatele învățării

5.1. Cunoștințe

R.Î. 5.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 5.1.2. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup.

R.Î. 5.1.3. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

5.2. Abilități

R.Î. 5.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 5.2.2. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 5.2.3. Studentul / absolventul Inovează programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți.

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 5.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 5.3.2. Studentul / absolventul întocmește documente de planificare a activității specifice.

R.Î. 5.3.3. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

CP6. Evaluează progresul școlar al elevilor

Rezultatele învățării

6.1. Cunoștințe

R.Î. 6.1.1. Studentul / absolventul evaluează activitățile de educație fizică și sportive, în vederea realizării obiectivelor de instruire.

R.Î. 6.1.2. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

R.Î. 6.1.3. Studentul / absolventul Identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

6.2. Abilități

R.Î. 6.2.1. Studentul / absolventul selectează și combină criterii și metode de evaluare a indicilor somatici, funcționali motrici și psihici.

R.Î. 6.2.2. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

R.Î. 6.2.3. Studentul / absolventul evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 6.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează dezvoltarea somato-funcțională și psihomotrică.

R.Î. 6.3.2. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

R.Î. 6.3.3. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică.

COMPETENȚE PROFESIONALE SPECIFICE PROGRAMULUI

(Programul este înscris în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior cu următoarele coordonate: cod ocupație COR ESCO 233002 - Profesor în învățământul gimnazial)

CP7. Oferă instruire în domeniul sportiv

Rezultatele învățării

7.1. Cunoștințe

R.Î. 7.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere..

R.Î. 7.1.2. Studentul / absolventul dobândește cunoștințe fundamentale și aplicative necesare realizării și diseminării rezultatelor cercetării științifice.

R.Î. 7.1.3. Studentul / absolventul Cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup.

7.2. Abilități

R.Î. 7.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 7.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 7.2.3. Studentul / absolventul identifică teme și subiecte de cercetare, specifice domeniului.

R.Î. 7.2.4. Studentul / absolventul identifică structuri anatomice ale organismului uman, descrie aspectele funcționale ale organismului uman și descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare.

R.Î. 7.2.5. Studentul / absolventul descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare.

R.Î. 7.2.6. Studentul / absolventul argumentează importanța cunoașterii anatomiei și fiziologiei organismului uman în general și solicitărilor acestuia în timpul efortului fizic, în mod special.

7.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 7.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 7.3.2. Studentul / absolventul aplică în mod autonom și responsabil abilitățile, cunoștințele teoretice și practice dobândite.

R.Î. 7.3.3. Studentul / absolventul promovează abordările științifice de actualitate în activitățile de cercetare derulate.

R.Î. 7.3.4. Studentul / absolventul demonstrează obiectivitate și rigurozitate științifică în prelucrarea datelor științifice raționamente și intervenții specifice.

R.Î. 7.3.5. Studentul / absolventul respectă normele eticii și integrității în cercetare.

CP8. Aplica managementul riscurilor în domeniul sportiv

Rezultatele învățării

8.1. Cunoștințe

R.Î. 8.1.1. Studentul / absolventul Identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 8.1.2. Studentul / absolventul Gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

8.2. Abilități

R.Î. 8.2.1. Studentul / absolventul Evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora.

R.Î. 8.2.2. Studentul / absolventul Aplică elemente de management organizațional și educațional.

8.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 8.3.1. Studentul / absolventul utilizează în mod optim materialele și instalațiile sportive.

R.Î. 8.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 8.3.3. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

CP9. Organizeaza activitati de formare

Rezultatele învățării

9.1. Cunoștințe

R.Î. 9.1.1. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 9.1.2. Studentul / absolventul gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport.

R.Î. 9.1.3. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

9.2. Abilități

R.Î. 9.2.1. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.

R.Î. 9.2.2. Studentul / absolventul aplică elemente de management organizațional și educațional.

R.Î. 9.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

9.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 9.3.1. Studentul / absolventul coordonează activități formative, luând decizii informate și asumându-și responsabilitatea pentru siguranța și succesul acestora.

R.Î. 9.3.2. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.

R.Î. 9.3.3. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

CP10. Planifica programul de pregătire sportiva

Rezultatele învățării

10.1. Cunoștințe

R.Î. 10.1.1. Studentul / absolventul proiectează și planifică conținutul activităților de educație fizică și sport la nivel individual și de grup.

R.Î. 10.1.2. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practice a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 10.1.3. Studentul / absolventul explică achizițiile teoretice și practice în mod creativ, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

10.2. Abilități

R.Î. 10.2.1. Studentul / absolventul cunoaște etapele și operațiile proiectării didactice și ale planificării.

R.Î. 10.2.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a întocmi programe de reabilitare funcțională.

R.Î. 10.2.3. Studentul / absolventul proiectează și planifică programe formative, educative și de recuperare.

R.Î. 10.2.4. Studentul / absolventul înovează programe în funcție de particularitățile grupurilor de subiecți.

10.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 10.3.1. Studentul / absolventul întocmește documente de planificare a activității specifice.

R.Î. 10.3.2. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

R.Î. 10.3.3. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 10.3.4. Studentul / absolventul inițiază măsuri pentru îmbunătățirea randamentului activităților.

CP11. Personalizeaza programul de antrenament sportive

Rezultatele învățării

11.1. Cunoștințe

R.Î. 11.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 11.1.2. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

R.Î. 11.1.3. Studentul / absolventul definește noțiunile generale ale domeniului astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.

11.2. Abilități

R.Î. 11.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

R.Î. 11.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente.

R.Î. 11.2.3. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

R.Î. 11.2.4. Studentul / absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate.

11.3. Responsabilitate și autonomie.

R.Î. 11.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

- R.Î. 11.3.2. Studentul / absolventul aplică în mod autonom și responsabil abilitățile, cunoștințele teoretice și practice dobândite.
- R.Î. 11.3.3. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.
- R.Î. 11.3.4. Studentul / absolventul identifică și exemplifică actele și acțiunile motrice.
- R.Î. 11.3.5. Studentul / absolventul comunică eficient și utilizează terminologia specifică.

CP12. Motivează sportivii

Rezultatele învățării

12.1. Cunoștințe

- R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.
- R.Î. 12.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.
- R.Î. 12.1.3. Studentul / absolventul cunoaște normele și principiile eticii și deontologiei.

12.2. Abilități

- R.Î. 12.2.1. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.
- R.Î. 12.2.2. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.
- R.Î. 12.2.3. Studentul / absolventul folosește un limbaj corespunzător din punct de vedere academic și profesional.

12.3. Responsabilitate și autonomie

- R.Î. 12.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică;
- R.Î. 12.3.2. Studentul / absolventul coordonează activități formative, luând decizii informate și asumându-și responsabilitatea pentru siguranța și succesul acestora.
- R.Î. 12.3.3. Studentul / absolventul respectă principiile eticii și deontologiei.
- R.Î. 12.3.4. Studentul / absolventul conștientizează în mod autonom și responsabil limitele impuse de cunoștințele și abilitățile dobândite.
- R.Î. 12.3.5. Studentul / absolventul comunică responsabil, cu respectarea principiilor etice și deontologice.

COMPETENȚE TRANSVERSALE

CT1. Dă dovadă de inițiativă, hotărâre, auto-reflecție, curiozitate și dorință de învățare

Rezultatele învățării

1.1. Cunoștințe

- R.Î. 1.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.
- R.Î. 1.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

1.2. Abilități

- R.Î. 1.2.1. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.
- R.Î. 1.2.2. Studentul / absolventul adaptează metodele didactice, demonstrând flexibilitate și capacitatea de a răspunde eficient în situații imprevizibile.

R.Î. 1.2.3. Studentul / absolventul folosește un limbaj corespunzător din punct de vedere academic și profesional.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 1.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează comportamente din perspectivă psihopedagogică;

R.Î. 1.3.2. Studentul / absolventul conștientizează în mod autonom și responsabil limitele impuse de cunoștințele și abilitățile dobândite.

R.Î. 1.3.3. Studentul / absolventul participă constant la programe de formare profesională continuă, în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

CT2. Lucrează în echipe, construiește spirit de echipă, îi conduce pe alții și deleagă responsabilități

Rezultatele învățării

2.1. Cunoștințe

R.Î. 2.1.1. Studentul / absolventul înțelege dinamica de grup și rolurile individuale în funcționarea eficientă a echipei.

R.Î. 2.1.2. Studentul / absolventul cunoaște tehnicile de leadership, motivare și delegare eficientă a responsabilităților.

2.2. Abilități

R.Î. 2.2.1. Studentul / absolventul coordonează activitățile de grup, promovând coeziunea și spiritul de echipă.

R.Î. 2.2.2. Studentul / absolventul deleagă responsabilități în mod echitabil și eficient, ținând cont de competențele și potențialul membrilor echipei.

2.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 2.3.1. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

R.Î. 2.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă în preluarea rolului de lider atunci când este necesar și sprijină dezvoltarea celorlalți membri ai echipei.

CT3. Moderează discuții, negociază compromisuri, soluționează conflicte, arată empatie și are o minte deschisă

Rezultatele învățării

3.1. Cunoștințe

R.Î. 3.1.1. Studentul / absolventul identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

R.Î. 3.1.2. Studentul / absolventul înțelege tehnicile de negociere, mediere și gestionare constructivă a conflictelor.

R.Î. 3.1.3. Studentul / absolventul cunoaște principiile de comunicare asertivă și eficientă în contexte diverse.

3.2. Abilități

R.Î. 3.2.1. Studentul / absolventul dezvoltă și adaptează activitățile fizice, indiferent de nivelul de abilități al practicantului, promovând incluziunea și egalitatea de șanse.

R.Î. 3.2.2. Studentul / absolventul negociază soluții echitabile prin identificarea punctelor comune și acceptarea compromisurilor benefice pentru toate părțile implicate.

R.Î. 3.2.3. Studentul / absolventul moderează discuții într-un mod echilibrat, asigurând participarea activă și respectul reciproc între participanți.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 3.3.1. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv.

R.Î. 3.3.2. Studentul / absolventul dă dovadă de autonomie în inițierea proceselor de mediere și soluționare a conflictelor, fără a evita confruntările necesare.

R.Î. 3.3.3. Studentul / absolventul promovează constant respectul pentru diversitate, manifestând o atitudine empatică și deschisă față de idei, valori și opinii diferite.

CT4. Promovează principiile democrației și ale statului de drept și își exercită drepturile și responsabilitățile

Rezultatele învățării

4.1. Cunoștințe

R.Î. 4.1.1. Studentul / absolventul cunoaște principiile fundamentale ale democrației, ale statului de drept și ale drepturilor omului.

R.Î. 4.1.2. Studentul / absolventul înțelege rolul cetățeanului într-o societate democratică, inclusiv a drepturilor, îndatoririlor și responsabilităților civice.

4.2. Abilități

R.Î. 4.2.1. Studentul / absolventul participă activ la viața comunității academice, susținând valorile democratice și implicându-se în procese decizionale la nivel local sau instituțional.

R.Î. 4.2.2. Studentul / absolventul apără și promovează drepturile fundamentale, atât proprii cât și ale celorlalți, prin dialog și acțiuni responsabile.

4.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 4.3.1. Studentul / absolventul își exercită în mod conștient și responsabil drepturile civile, politice și sociale, respectând în același timp drepturile celorlalți.

R.Î. 4.3.2. Studentul / absolventul manifestă autonomie și inițiativă în promovarea valorilor democratice.

CT5. Se exprimă într-un mod creativ și utilizează software de comunicare și colaborare

Rezultatele învățării

5.1. Cunoștințe

R.Î. 5.1.1. Studentul / absolventul se familiarizează cu funcționalitățile esențiale ale aplicațiilor și platformelor de comunicare și colaborare

R.Î. 5.1.2. Studentul / absolventul înțelege modul în care tehnologiile digitale pot sprijini lucrul colaborativ, schimbul de idei și realizarea de proiecte interactive și inovatoare.

5.2. Abilități

R.Î. 5.2.1. Studentul / absolventul utilizează eficient software de comunicare și colaborare pentru a facilita schimbul de informații, coordonarea echipei și dezvoltarea proiectelor sportive și educaționale

R.Î. 5.2.2. Studentul / absolventul integrează instrumente digitale (prezentări interactive, platforme colaborative, resurse multimedia) pentru a susține și valorifica exprimarea creativă în activitățile educaționale și sportive

5.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 5.3.1. Studentul / absolventul manifestă autonomie în alegerea și combinarea creativă a resurselor și aplicațiilor digitale pentru a atinge obiectivele propuse

R.Î. 5.3.2. Studentul / absolventul Încurajează inițiativa și participarea activă în echipe, promovând un mediu de lucru colaborativ și inovator, bazat pe respect reciproc și exprimare liberă

CT6. Respectă diversitatea valorilor și a normelor culturale

Rezultatele învățării

6.1. Cunoștințe

R.Î. 6.1.1. Studentul / absolventul cunoaște conceptele fundamentale privind diversitatea culturală, valorile, tradițiile și normele sociale specifice diferitelor comunități.

R.Î. 6.1.2. Studentul / absolventul înțelege importanța respectului reciproc, a toleranței și a incluziunii într-o societate multiculturală.

6.2. Abilități

R.Î. 6.2.1. Studentul / absolventul recunoaște și valorizează diferențele culturale în comportamente, perspective și practici sociale sau profesionale.

R.Î. 6.2.2. Studentul / absolventul comunică eficient și deschis cu persoane din medii culturale diverse, adaptându-și atitudinea și limbajul pentru a facilita înțelegerea reciprocă.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 6.3.1. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea de a promova un climat de respect și acceptare față de diversitatea culturală în orice context social sau profesional.

R.Î. 6.3.2. Studentul / absolventul demonstrează autonomie în adoptarea unor comportamente etice și incluzive, indiferent de mediul cultural în care își desfășoară activitatea.

2. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 2

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 28

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	4	2	1	2	1	-

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 și Stagiul de practică în centre de performanță în sport se va efectua în concordanță cu specializarea pentru care a optat studentul la disciplina Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 1,2. 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 grupate în discipline 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 anul I, semestrul I și II, care se exprimă în la începutul semestrului I).

Organizarea cursurilor la disciplinele facultative se face în două moduri:

1. studentul alege una sau două discipline facultative oferite de facultatea care organizează programul de studii; denumirea disciplinei este înscrisă în planul de învățământ al programului.

2. studentul alege:

(i) o disciplină din planul de învățământ al altui program de studii din universitate;

(ii) o disciplină din lista oferită de una dintre universitățile membre ale alianței UNITA;

În cazul (i), cererile se înregistrează la Centrul de formare continuă (CFC), în cazul (ii), la UNITA office.

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 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).

- Proba I – examen scris (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 STUDII PE ANI

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane
 Programul de studii universitare de licenţă: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ-ZI**
 Domeniul fundamental: **Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice**
 Domeniul de licenţă: **Educaţie fizică şi sport**
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învăţământ: Cu frecvenţă

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
 Valabil în an universitar 2025-2026

Aprobat în şedinţa
 Senatului Universităţii Transilvania
 din Braşov din data de
30 septembrie 2025

ANUL I

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C1**	C2**	Semestrul I								Semestrul II								
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	
1	Anatomie funcțională	DF	DI	2	1	0	0	78	0	E	4									
2	Kinesologie	DS	DI	1	2	0	0	78	0	E	4									
3	Bazele generale ale atletismului	DS	DI	2	0	2	0	94	0	E	5									
4	Gimnastica de bază	DS	DI	2	0	2	0	94	0	E	5									
5	Teoria și practica instruirii în discipline sportive de iarnă: schi alpin, schi fond și biathlon	DS	DI	1	0	2	2	50	0	E	4									
6	Teoria și practica instruirii în discipline sportive de iarnă: patinaj și sărituri cu schiurile	DS	DI	1	0	2	2	50	0	E	4									
7	Scriere academică	DC	DI	1	1	0	0	32	0	V	2									
8	Limba engleză 1	DC	DI	1	1	0	0	32	0	V	2									
9	Limba franceză 1	DC	DI																	
10	Fiziologie	DF	DI									1	2	0	0	108	0	E	5	
11	Fundamentele științifice ale jocului de handbal	DS	DI									2	0	4	0	66	0	E	5	
12	Fundamentele științifice ale jocului de fotbal	DS	DI									2	0	4	0	66	0	E	5	
13	Teoria și practica instruirii în atletism	DS	DI									1	0	2	0	78	0	V	4	
14	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DS	DI									1	0	2	0	78	0	V	4	
15	Etică și integritate academică	DF	DI									1	1	0	0	32	0	V	2	
16	Gimnastică aerobică	DS	DO									0	0	3	0	48	0	V	3	
	Antrenamentul funcțional	DS	DO																	
	Limba engleză 2	DC	DI									1	1	0	0	32	0	V	2	
	Limba franceză 2	DC	DI																	
Total				11	5	8	4	508	0	E	V	30	9	4	15	0	508	0	E	V
Total ore didactice pe săptămână				28								28								

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Facultativ	C1**	C2**	Semestrul I								Semestrul II							
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr
1	Voluntariat	DC	DFc									0	0	2	0	32	0	V	2
Total				0	0	0	0	0	0	E	V	0	0	2	0	32	0	E	V
Total ore didactice pe săptămână				0								2							

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

Rector

CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Director de departament

CONF. DR. IOAN TURCU

Decan

LECTOR DR. SORIN DRUGĂU

Coordonator program de studii

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane
 Programul de studii universitare de licenţă: SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ-ZI
 Domeniul fundamental: Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
 Domeniul de licenţă: Educaţie fizică şi sport
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învăţământ: Cu frecvenţă

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
 Valabil în an universitar 2026-2027

ANUL II

ANUL II

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C1**	C2**	Semestrul I								Semestrul II									
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr		
1	Teoria și metodică educației fizice și sportului	DF	DI	2	1	0	0	78	0	E	4										
2	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DI	4	4	0	0	38	0	E	5										
3	Fitness	DS	DI	2	0	2	0	64	0	V	4										
4	Teoria și practica Instruirii în natație	DS	DI	1	0	2	0	78	0	E	4										
5	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI	1	0	2	0	108	0	E	5										
6	Activități motrice adaptate	DS	DI	1	0	2	0	78	0	V	4										
7	Profilaxie în sportul de performanță	DS	DI	0	0	2	0	32	0	V	2										
8	Limba engleză 3	DC	DI	1	1	0	0	32	0	V	2										
	Limba franceză 3	DC	DI																		
9	Fundamentele științifice ale jocului de baschet	DS	DI									2	0	4	0	66	0	E	5		
10	Fundamentele științifice ale jocului de volei	DS	DI									2	0	4	0	66	0	E	5		
11	Proiectare și planificare în antrenamentul sportiv	DS	DI									1	0	2	0	78	0	E	4		
12	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DS	DI									1	2	0	0	78	0	E	4		
13	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice	DS	DI									1	1	0	0	62	0	V	3		
14	Comunicare în știința sportului și educației fizice	DS	DO									1	0	2	0	78	0	E	4		
	Învățare motrică	DS	DO																		
15	Utilizarea soft-urilor și tehnologiilor Inteligente în performanța sportivă	DS	DO									1	0	2	0	48	0	V	3		
	Fundamentele unui stil de viață sportiv	DS	DO																		
16	Limba engleză 4	DC	DI									1	1	0	0	32	0	V	2		
	Limba franceză 4	DC	DI																		
Total				12	6	10	0	508	0	E	V	30	10	4	14	0	508	0	E	V	30
Total ore didactice pe săptămână				28								22									

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Facultativ	C1**	C2**	Semestrul I								Semestrul II								
				C	S	L	P	SI	Pr	V		Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	
1	Voluntariat	DC	DFc	0	0	2	0	32	0	V		2								
2	Voluntariat	DC	DFc																	
Total				0	0	0	0	32	0	E	V	2	0	0	0	0	32	0	V	2
Total ore didactice pe săptămână				0								0								

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

Rector

CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Director de departament

CONF. DR. IOAN TURCU

Decan

LECTOR DR. SORIN DRUGĂU

Coordonator program de studii

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane
 Programul de studii universitare de licenţă: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ-ZI**
 Domeniul fundamental: **Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice**
 Domeniul de licenţă: **Educaţie fizică şi sport**
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învăţământ: **Cu frecvenţă**

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
 Valabil în an universitar 2027-2028

ANUL III

ANUL III

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Obligatoriu	C ₁ **	C ₂ **	Semestrul I								Semestrul II									
				C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V	Cr		
1	Evaluare motrică și somato-funcțională	DS	DI	2	0	2	0	94	0	E	5										
2	Fiziologia efortului sportiv	DF	DI	1	0	1	0	92	0	E	4										
3	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	DS	DI	1	0	2	0	78	0	E	4										
4	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 1	DS	DI	2	0	4	4	10	0	E	5										
5	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	DS	DO	1	0	4	0	80	0	E	5										
	Antrenament și competiție în sportul adaptat	DS	DO																		
6	Psihopedagogia	DS	DO	1	1	0	0	92	0	V	4										
	Sociologie sportivă	DS	DO																		
7	Aplicații practice în minifotbal și futsal	DS	DO	0	0	2	0	62	0	V	3										
	Aplicații practice în fotbal tenis și teqball	DS	DO																		
8	Psihologia sportului	DF	DI									1	1	0	0	92	0	E	4		
9	Tehnici de monitorizare a performanțelor sportive	DS	DI									2	0	2	0	94	0	E	5		
10	Organizarea și managementul structurilor sportive	DS	DI									1	0	1	0	92	0	E	4		
	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport Schi 2	DS	DI									2	0	4	2	38	0	E	5		
12	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DS	DI									0	0	0	4	94	0	V	5		
13	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport	DS	DO									0	0	0	4	64	0	V	4		
	Stagiu de practică în centre de performanță în sport	DS	DO																		
14	Stagiu de practică în centre de fitness și de pregătire fizică	DS	DO									0	0	0	4	34	0	V	3		
	Stagiu de practică în structuri de management sportive	DS	DO																		
Total				8	1	15	4	508	0	E	V	30	6	1	7	14	508	0	E	V	30
Total ore didactice pe săptămână				28								28									

Nr. crt.	Discipline cu criteriul: Facultativ	C1**	C2**	Semestrul I								Semestrul II											
				C	S	L	P	SI	Pr	V		Cr	C	S	L	P	SI	Pr	V		Cr		
1	Voluntariat	DC	DFc	0	0	0	0	32	0	C		2											
2	Voluntariat	DC	DFc																				
Total				0	0	0	0	32	0	E		V	2	0	0	0	0	32	0	C		2	
Total ore didactice pe săptămână				0								0											
										0		1		0	0	0	0	32	0	E		V	2
										0		1		0	0	0	0	32	0	0		1	

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

Rector

CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Director de departament

CONF. DR. IOAN TURCU

Decan

LECTOR DR. SORIN DRUGĂU

Coordonator program de studii



Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea de Educaţie fizică şi sporturi montane
 Programul de studii universitare de licenţă: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ-ZI**
 Domeniul fundamental: **Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice**
 Domeniul de licenţă: **Educaţie fizică şi sport**
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învăţământ: **Cu frecvenţă**

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
 Valabil pentru promoţia 2025 - 2028

BILANŢ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Obligatoriu	742	700	546	1988	84.52	85%
2	Optional	42	84	238	364	15.48	15%
	Total	784	784	784	2352	100	

BILANŢ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Discipline fundamentale	112	84	84	280	11.9	max 15%
2	Discipline de specialitate	588	644	588	1820	77.38	min 75 %
3	Discipline complementare	84	56	0	140	5.95	max 10 %
4	Practică de specialitate (NU SE INMULTESC)	0	0	112	112	4.76	
	Total	784	784	784	2352	100	

BILANŢ GENERAL III

Nr. crt.	Discipline	An I	An II	An III	Total ore	Total %	Standard ARACIS
1	Practică de specialitate (NU SE INMULTESC)	0	0	112	112	100	
	Total	0	0	112	112	100	

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN

Rector

CONF. DR. BOGDAN MARIAN OANCEA

Director de departament

CONF. DR. IOAN TURCU

Decan

LECTOR DR. SORIN DRUGĂU

Coordonator program de studii



CONFORM CU