

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**al promoției 2024 - 2027**

**UNIVERSITATEA TRANSILVANIA DIN BRAȘOV**

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

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

Profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu nevoile identificate pe piața muncii și cu cadrul național al calificărilor, precum și rezultatele învățării asociate acestor competențe sunt prezentate sintetic mai jos.

Prezentarea detaliată a acestora se regăsește în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

### Competențe profesionale și rezultate ale învățării

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### **Competențe transversale și rezultate ale învățării**

#### **Ct.1 Comunicarea și cooperarea în contexte profesionale**

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

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

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

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

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

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

#### **Ct.2 Dezvoltarea și managementul carierei**

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

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

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

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

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

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

## 2. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 2

Număr de credite pe semestru: 30

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

Numărul de săptămâni pe ani de studii:

	Activități didactice		Sesiuni de examene			Practică	Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe		Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	3	4	2	2	2	1	13
Anul II	14	14	3	4	2	2	2	1	13
Anul III	14	14	3	3	1	1	2	1	-

Practica se organizează sub formă de activitate didactică comasată pentru disciplinele: Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan-schi alpin (Anul I); Teoria, practica instruirii în natație și aplicații în discipline sportive de apă și Stagiul de practică în baze de agrement montan (Anul II); Teoria și practica instruirii în mediu montan-Schi fond/Sărituri cu schiurile (Anul III). Pentru disciplinele: Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan - Turism-orientare (Anul II); Stagiul de practică în unități de învățământ (Anul III) activitățile de practică se vor desfășura pe parcursul semestrelor.

## 3. ASIGURAREA FLEXIBILIZĂRII INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin discipline opționale și discipline facultative. **Disciplinele la alegere (opționale)** sunt propuse începând cu semestrul al doilea și sunt grupate în **discipline opționale sau pachete opționale**, care completează traseul de specializare a studentului. Alegerea traseului se face de către student în anul universitar anterior derulării disciplinelor sau pachetelor de discipline opționale (cu excepția opțiunilor pentru semestrul al II-lea, care se exprimă în semestrul I).

Organizarea cursurilor la disciplinele facultative se face 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 lucrării de licență: începând cu penultimul semestru de studii.

Definitivarea lucrării de licență: în ultimul semestru de studii.

Perioada de susținere a examenului de licență: în sesiunea iunie-iulie a ultimului an de studii.

Numărul de credite pentru susținerea examenului de licență: 10 credite (în plus față de cele 180).

#### **6. DISCIPLINELE DE STUDII PE ANI**

**Facultatea de Educație fizică și sporturi montane**

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

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

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

Durata studiilor: **3 ani**

Forma de învățământ: **cu frecvență (IF)**

Aprobat în ședința  
Senatului Universității Transilvania  
din Brașov din data de  
**30 septembrie 2024**

**ANUL I**

Nr. crt.	Disciplina	C <sub>1</sub> *	C <sub>2</sub> **	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	58	E	4	-	-	-	-	-	-	-				
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	2	102	E	8	-	-	-	-	-	-					
6.	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	DI	1	0	2	0	33	C	3	-	-	-	-	-	-					
7.	Scriere academică	DAU	DI	1	0	0	0	11	V	1	-	-	-	-	-	-					
8.	Limba engleză	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2	1	1	0	0	22	C	2				
	Limba franceză																				
	Limba spaniolă																				
9.	Fiziologie	DD	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	2	0	0	19	E	3				
10.	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	69	E	5				
11.	Bazele generale ale handbalului	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	69	E	5				
12.	Bazele generale ale fotbalului	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	69	E	5				
13.	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	69	C	5				
14.	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	69	C	5				
Total				12	3	9	2	386	E	C	V	30	13	3	10	0	386	E	C	V	30
Total ore didactice pe săptămână				26							26										

## DISCIPLINE FACULTATIVE

Nr. crt.	Discipline facultative	C <sub>1</sub> *	C <sub>2</sub> **	Semestrul I							Semestrul II						
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr
1.	Pedagogia comunicării	DC	DFc	1	1	-	-	22	C	2	-	-	-	-	-	-	-
2.	Educație integrată	DC	DFc	-	-	-	-	-	-	-	2	1	-	-	83	E	5
3.	Voluntariat în sportul școlar	DS	DFc	-	-	-	4	19	C	3	-	-	-	4	19	C	3

### Legendă:

C<sub>1</sub>\* = criteriul conținutului:

DF – discipline fundamentale  
 DD – discipline de domeniu  
 DS – discipline de specialitate  
 DC – discipline complementare  
 DAU – discipline la opțiunea universității

C<sub>2</sub>\*\* = criteriul obligativității:

DI – discipline obligatorii (impuse)  
 DO – discipline opționale  
 DFc – discipline facultative

SI = ore de studiu individual

RECTOR

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN



DECAN

CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DE DEPARTAMENT

CONF. DR. FLORENTINA NECHITA

COORDONATOR PROGRAM DE STUDII

PROF. DR. LORAND BALINT

CONFORM CU  
ORIGINALUL

**Facultatea de Educație fizică și sporturi montane**Programul de studii universitare de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**Durata studiilor: **3 ani**Forma de învățământ: **cu frecvență (IF)****ANUL II**

Nr. crt.	Disciplina	C <sub>1</sub>	C <sub>2</sub>	Semestrul I							Semestrul II										
				C	S	L	P	SI <sup>#</sup>	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr				
1.	Teoria și metodică educației fizice și sportului	DF	DI	4	2	1	0	127	E	9	-	-	-	-	-	-	-				
2.	Teoria, practica instruirii și aplicații în mediu montan - turism-orientare	DD	DI	2	0	2	2	91	E	7	-	-	-	-	-	-	-				
3.	Metodica predării atletismului în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-				
4.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-				
5.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-				
6.	Metodica predării handbalului în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-				
7.	Limba engleză	DC	DI	1	1	0	0	22	C	2	1	1	0	0	22	C	2				
	Limba franceză																				
	Limba spaniolă																				
8.	Psihopedagogia	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	1	2	0	0	58	E	4				
9.	Bazele generale ale baschetului	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	44	E	4				
10.	Bazele generale ale voleiului	DF	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2	0	44	E	4				
11.	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DC	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	1	0	0	58	C	4				
12.	Stagiu de practică în baze de agrement montan	DS	DI	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0	3	58	C	4				
13.	Teoria, practica instruirii în natație și aplicații în discipline sportive de apă	DD	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	4	2	88	E	8				
Total				15	3	7	2	372	E	C	V	30	10	4	8	5	372	E	C	V	30
Total ore didactice pe săptămână				27							27										



**DISCIPLINE FACULTATIVE**

Nr. crt.	Discipline facultative	C <sub>1</sub> *	C <sub>2</sub> **	Semestrul I							Semestrul II						
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr
1.	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DFc	4	2	-	-	41	E	5	-	-	-	-	-	-	-
2.	Voluntariat în sportul școlar	DS	DFc	-	-	-	4	19	C	3	-	-	-	4	19	C	3

**RECTOR**

**PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN**



**DECAN**

**CONF. DR. IOAN TURCU**

**DIRECTOR DE DEPARTAMENT**

**CONF. DR. FLORENTINA NECHITA**

**COORDONATOR PROGRAM DE STUDII**

**PROF. DR. LORAND BALINT**

**CONFORM CU ORIGINALUL**

**Facultatea de Educație fizică și sporturi montane**Programul de studii universitare de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**Domeniul fundamental: **Știința Sportului și Educației Fizice**Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**Durata studiilor: **3 ani**Forma de învățământ: **cu frecvență (IF)****ANUL III**

Nr. crt.	Disciplina	C <sub>1</sub>	C <sub>2</sub>	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	1	1	0	69	E	5	-	-	-	-	-	-	-
2.	Practica și metodică instruirii în activitățile motrice pe grupe de vârstă	DS	DI	2	1	2	0	80	E	6	-	-	-	-	-	-	-
3.	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	DI	0	0	0	3	58	C	4	-	-	-	-	-	-	-
4.	Metodica predării baschetului în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-
5.	Metodica predării voleiului în școală	DS	DI	2	0	1	0	33	E	3	-	-	-	-	-	-	-
6.	Activități motrice adaptate	DS	DI	2	1	0	0	33	C	3	-	-	-	-	-	-	-
7.	Teoria și practica instruirii în mediul montan - schi fond	DD	DO	2	0	3	0	80	E	6	-	-	-	-	-	-	-
	Teoria și practica instruirii în mediu montan - sărituri cu schiurile																
8.	Activități motrice ludice de timp liber	DS	DI	-	-	-	-	-	-	-	1	0	1	0	22	E	2
9.	Expresie corporală și euritmie / Fitness	DS	DI	-	-	-	-	-	-	-	2	0	4	0	66	E	6
10.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	DI	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0	2	47	V	3
11.	Teoria și practica activităților motrice nonformale-extracurriculare/ Alergare montană	DS	DI	-	-	-	-	-	-	-	4	0	4	0	113	E	9
12.	Șah	DAU	DI	-	-	-	-	-	-	-	1	2	1	0	69	E	5

13.	Teoria și practica instruirii în dans sportiv	DD	DO	-	-	-	-	-	-	-	1	0	2	0	33	C	3						
	Teoria și practica instruirii în dans folcloric			-	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	22	E	2						
14.	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	DO	-	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	22	E	2						
	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice	DC	DO	-	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	22	E	2						
Total				12	3	8	3	386	E	C	V	30	10	3	12	2	372	E	C	V	30		
Total ore didactice pe săptămână				26										27									

### DISCIPLINE FACULTATIVE

Nr. crt.	Discipline facultative	C <sub>1</sub> *	C <sub>2</sub> **	Semestrul I							Semestrul II						
				C	S	L	P	SI	V	Cr	C	S	L	P	SI	V	Cr
1.	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport	DS	DFc	4	-	4	-	38	E	6	4	-	4	-	38	E	6
2.	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport	DS	DFc	-	-	-	3	33	V	3	-	-	-	-	-	-	-
	Stagiu de practică în structuri ale sportului	DS	DFc	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	8	V	2
3.	Voluntariat în baze de agrement montan	DS	DFc	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	19	C	3
4.	Voluntariat în sportul școlar	DS	DFc	-	-	-	4	19	C	3	-	-	-	4	19	C	3

RECTOR

PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN



DECAN

CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DE DEPARTAMENT

CONF. DR. FLORENTINA NECHITA

COORDONATOR PROGRAM DE STUDII

PROF. DR. LORAND BALINT

CONFORM CU ORIGINALUL

Programul de studii universitare de licență: Educație fizică și sportivă

Domeniul fundamental: Știința sportului și educației fizice

Domeniul de licență: Educație fizică și sport

Durata studiilor: 3 ani

Forma de învățământ: cu frecvență (IF)

### BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	Nr de ore				Total		Standard ARACIS*
		An I	An II	An III	An IV	ore	%	
1	obligatorii	728	756	602	-	2086	93,71%	85 – 90%
2	opționale	0	0	140	-	140	6,29%	5 – 10%
<b>TOTAL</b>		<b>728</b>	<b>756</b>	<b>742</b>	<b>-</b>	<b>2226</b>	<b>100%</b>	
3	facultative	182	196	476		854	-	-

### BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	Nr de ore				Total		Standard ARACIS*
		An I	An II	An III	An IV	ore	%	
1	fundamentale	308	252	0	-	560	25,16%	20 – 25%
2	în domeniu	350	196	196	-	742	33,33%	30 – 35%
3	de specialitate	0	210	462	-	672	30,19%	30 – 35%
4	complementare	56	98	28	-	182	8,18%	5 – 10%
5	la opțiunea universității	14	0	56	-	70	3,14%	3 – 5%
<b>TOTAL</b>		<b>728</b>	<b>756</b>	<b>742</b>	<b>-</b>	<b>2226</b>	<b>100%</b>	
din care Practică						84 ore	3,77%	56-84

RECTOR  
PROF. DR. IOAN VASILE ABRUDAN



DECAN  
CONF. DR. IOAN TURCU

DIRECTOR DE DEPARTAMENT  
CONF. DR. FLORENTINA NECHITA

COORDONATOR PROGRAM DE STUDII  
PROF. DR. LORAND BALINT

CONFORM CU  
ORIGINALUL