

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
al promoției 2020-2023

Universitatea Transilvania din Brașov

Programul de studii universitare de licență:	<u>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ</u>
Domeniul fundamental:	<u>ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE</u>
Domeniul de licență:	<u>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT</u>
Facultatea:	<u>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTURI MONTANE</u>
Durata studiilor:	<u>3 ANI</u>
Forma de învățământ:	<u>cu frecvență redusă (IFR)</u>

1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Obiectivul general al programului de studii constă în asigurarea transferului de informație specializată, stimularea și susținerea creației și performanței în domeniul motricității umane dirijate. Programul de studii *Educație fizică și sportivă* are ca misiune didactică formarea specialiștilor în educație fizică și sportivă școlară, precum și activarea acestora în alte direcții ale motricității umane formale și nonformale adresate diferitelor categorii de cetățeni.

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 detaliate în fișele disciplinelor prevăzute în planul de învățământ.

Obiective

a. Obiective cognitive: să cunoască aparatul noțional specific domeniului educație fizică și sport; să cunoască implicațiile biologice și sociale ale practicării activităților de educație fizică și sportivă; să cunoască sistemul de mijloace cu care se operează în activitățile de educație fizică și sportivă; să cunoască componentele procesului instructiv-educativ de educație fizică și sportivă; 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 derulate pe grupe de vârstă.

b. Obiective aplicativ-practice: (instrumental-operaționale): să fie capabil să analizeze interdisciplinar diferitele forme de manifestare a motricității umane; 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 să identifice și să utilizeze noi surse de informație necesare pentru rezolvarea unor probleme inedite; să fie capabil să aplice creativ cunoștințele dobândite în facultate în situații profesionale diverse; să aibă capacitatea de a-și organiza eficient activitatea profesională.

c. 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 sportivă; să fie capabil să utilizeze moduri și stiluri de comunicare motrică/amotrică adecvate situațiilor specifice; să dobândească o atitudine flexibilă și adaptabilă la munca în echipă.

Competențe profesionale

C.1. proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară;

C.2. organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent pe interdisciplinaritate;

C.3. evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității, potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic;

C.4. descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive pe grupe de vârstă;

C.5. evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sportivă;

C.6. utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului Educație fizică și sport.

Competențe transversale

CT1 organizarea de activități de educație fizică și sportivă pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională;

CT2 îndeplinirea, în condiții de eficiență și eficacitate, a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive;

CT3 operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională.

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

Numărul de săptămâni: 14 / semestru

Anul de studiu	Activități didactice		Sesiuni de examene*			Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe	Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	4	4	2	3	1	10
Anul II	14	14	4	4	2	3	1	10
Anul III	14	14	4	4	2	3	1	10

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

* Numărul de săptămâni pentru sesiunile regulate este de 4 săptămâni pentru formele ID și IFR, conform HS nr. 22 din 09.05.2018.

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 cincilea și sunt grupate în pachete opționale care completează traseul de specializare al studentului. Alegerea traseului se face de către student în anul universitar anterior derulării disciplinelor sau pachetelor de discipline opționale.

Organizarea cursurilor la disciplinele facultative se face prin *Centrul de Formare continuă (CFC)*. În planul de învățământ al fiecărui program de studii de licență se consemnează numai modulele și numărul aferent de ore, urmând ca denumirea disciplinei să se treacă în registrul matricol conform opțiunii studentului. Disciplinele facultative propuse de facultăți sau disciplinele altor programe de studii alese de student se grupează în 5 module:

- a) Modul A (discipline socio-umane)
- b) Modul B (limba română și alte limbi moderne)
- c) Modul C (discipline de informatică, TIC)
- d) Modul D (discipline tehnice)
- e) Modul E (discipline sportive).

Procedura de desfășurare a activităților didactice la disciplinele facultative și de înscriere a notelor/calificativelor în Suplimentul la diplomă este prezentată în *Regulamentul de activitate profesională a studenților* și în instrucțiunea *Inițierea și derularea disciplinelor facultative*. Alocarea creditelor pentru disciplinele facultative se face în urma susținerii colocviului de absolvire a cursului. Creditele obținute la disciplinele facultative nu înlocuiesc creditele pentru disciplinele obligatorii și opționale.

4. CONDIȚII DE ÎNSCRIERE ÎN ANUL DE STUDII URMĂTOR. CONDIȚII DE PROMOVARE A UNUI AN DE STUDII

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

5. EXAMENUL DE LICENȚĂ

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).

6. PREGĂTIREA PENTRU OCUPAREA PRIN CONCURS A UNUI POST ÎN ÎNVĂȚĂMÂNT

Pentru ocuparea prin concurs a unui post în învățământ absolventul trebuie să posede Certificatul de absolvire a Programului de formare psihopedagogică nivel I, pentru învățământul gimnazial și Certificatul de absolvire a Programului de formare psihopedagogică nivel II, pentru învățământul liceal, postliceal sau superior. Programele de formare psihopedagogică de nivel I și nivel II sunt organizate și coordonate de către Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic (DPPD) conform legislației în vigoare.

Certificarea competențelor pentru profesia didactică se poate obține la două niveluri, respectiv:

- nivel I (inițial) – care acordă absolvenților de studii universitare dreptul să ocupe posturi didactice în învățământul gimnazial, cu condiția acumulării unui minimum de 30 de credite transferabile din programul de formare psihopedagogică;
- nivel II (de aprofundare) – care acordă absolvenților de studii universitare dreptul să ocupe posturi didactice în învățământul liceal, postliceal sau superior, cu satisfacerea a două condiții:
 - acumularea unui minimum de 60 de credite transferabile din programul de formare psihopedagogică;
 - absolvirea unui program de masterat în domeniul diplomei de studii universitare de licență.

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

7. DISCIPLINELE DE STUDIU PE ANI

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea: Educaţie fizică şi sporturi montane
 Departamentul coordonator: Educaţie fizică şi motricitate specială
 Programul de studii universitare de licenţă: Educaţie fizică şi sportivă
 Domeniul fundamental: Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice
 Domeniul de licenţă: Educaţie fizică şi sport
 Durata studiilor: 3 ani
 Forma de învăţământ: cu frecvenţă redusă (IFR)

Ministerul Educaţiei şi Cercetării
 Valabil în anul universitar 2020-2021

Aprobat în şedinţa
Sfârşitului Universităţii Transilvania
din Braşov din data de
24 Sept. 2020.

APROBAT,
 Prof. dr. ing. Ioan Vasile ABRUDAN,
 RECTOR



ANUL I

Nr. crt.	Discipline obligatorii	C ₁	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I						Semestrul II						
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.	
1.	Anatomie funcţională	DD	DI	AF-FR	28	14			E	4							
2.	Kinesiologie	DF	DI	KIN-FR	14	14			E	2							
3.	Bazele generale ale atletismului	DF	DI	BGA-FR	28		28		E	4							
4.	Bazele generale ale gimnasticii	DF	DI	BGG-FR	28		28		E	4							
5.	Teoria şi practica instruirii în schi alpin	DD	DI	TPS-FR	28		42		E	5							
6.	Teoria şi practica instruirii în sporturile de combat	DD	DI	TPC-FR	14		14		C	2							
7.	Istoria educaţiei fizice şi sportului	DOU	DI	IEFS-FR	14	14			C	2							
8.	Aplicaţii practice în mediu montan – schi alpin	DD	DI	APS-FR				42	V	4							
9.	Limba engleză 1	DC	DI	LSE01-FR	14	14			C	2							
	Limba franceză 1			LSF01-FR													
10.	Scrisoare academică	DC	DI	SA-FR		14			V	1							
11.	Fiziologie	DD	DI	FIZ-FR							28	14			E	4	
12.	Educaţie pentru sănătate şi prim ajutor	DF	DI	ESA-FR							14		28		E	3	
13.	Bazele generale ale handbalului	DF	DI	BGH-FR							28		28		E	4	
14.	Bazele generale ale fotbalului	DF	DI	BGF-FR							28		28		E	4	
15.	Teoria şi practica instruirii în atletism	DD	DI	TPA-FR							14		28		C	3	
16.	Teoria şi practica instruirii în gimnastică	DD	DI	TPG-FR							14		28		C	3	
17.	Teoria instruirii în turism – orientare	DD	DI	TPTO-FR							28		14		E	4	
18.	Aplicaţii practice în mediu montan – turism – orientare	DD	DI	APTO-FR										28	V	3	
19.	Limba engleză 2	DC	DI	LSE02-FR							14	14			C	2	
	Limba franceză 2			LSF02-FR													
Total ore obligatorii pe semestru					168	70	112	42	5E+5C/V	30	168	28	154	28	5E+4C/V	30	
					392				10			378				9	

Nr. crt.	Discipline facultative	C ₁	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I						Semestrul II						
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.	
1.	MODUL A (socio-umane)	DS	DFc	SU1-FR	28	14			C	3							
2.	MODUL B (limbi moderne)	DC	DFc	LM1-FR	28	14			C	3	28	14			C	3	
3.	MODUL C (informatică)	DC	DFc	Info1-FR							28		14		C	3	
4.	MODUL D (tehnice)	DS	DFc	Teh1-FR							28		14		C	3	
5.	MODUL E (sportive)	DC	DFc	Sp1-FR		28			C	2		28			C	2	
Total ore facultative pe semestru					56	56			3C	8	84	42	28		4C	11	
					112				3			154				4	

C₁ – criteriul conţinutului, C₂ – criteriul obligativităţii, DF – disc. fundamentală, DS – disc. de specialitate, DD – disc. în domeniu, DOU – disc. la opţiunea universităţii, DI – disc. impusă, DO – disc. opţională, DC – disc. complementară, DFc – disc. facultativă, SI – studiu individual, S – activităţi de seminar, L – activităţi de laborator, P – proiect (lucrări practice), V – forma de verificare, Cr. – nr. de credite

Obs.: SI – nr. de ore de curs; S = nr. ore de seminar din PI pentru IF; L / P = nr. ore de laborator / proiect din PI pentru IF.

Conf. dr. Ioan TURCU,
 Decanul facultăţii

Conf. dr. Ana ENE,
 Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Florentina NECHITA,
 Directorul de departament

Lect. dr. Gabriel SIMION,
 Coordonatorul programului de studii IFR

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea: Educație fizică și sporturi montane
 Departamentul coordonator: Educație fizică și motricitate specială
 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 redusă (IFR)

Ministerul Educației și Cercetării
 Valabil în anul universitar 2021-2022

APROBAT,
 Prof. dr. ing. Ioan Vasile ABRUDAN,
 RECTOR



ANUL II

Nr. crt.	Discipline obligatorii	C ₁	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I						Semestrul II						
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.	
1.	Teoria educației fizice și sportului	DF	DI	TEFS-FR	28	14				E	4						
2.	Teoria și practica instruirii în schi fond	DD	DI	TPSF-FR	14					E	4						
3.	Metodica predării atletismului în școală	DS	DI	MPA-FR	28		14			C	3						
4.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	DI	MPG-FR	28		14			C	3						
5.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	DI	MPF-FR	28		28			E	4						
6.	Metodica predării handbalului în școală	DS	DI	MPH-FR	28		28			E	4						
7.	Teoria și practica instruirii în natație 1	DD	DI	TPN1-FR			28			V	2						
8.	Aplicații practice în mediu montan – schi fond	DD	DI	APSF-FR				42		V	4						
9.	Limba engleză 3	DC	DI	LSE03-FR	14	14				C	2						
	Limba franceză 3			LSF03-FR													
10.	Psihopedagogie	DF	DI	PP-FR								14	14			C	2
11.	Bazele generale ale baschetului	DF	DI	BGB-FR								28		28		E	4
12.	Bazele generale ale voleiului	DF	DI	BGV-FR								28		28		E	4
13.	Metodica educației fizice și sportului	DF	DI	MEFS-FR								28	14			E	4
14.	Teoria și practica instruirii în natație 2	DD	DI	TPN2-FR								28		28		E	4
15.	Aplicații practice în discipline sportive de apă	DD	DI	APDA-FR										42		V	4
16.	Metode de cercetare în Știința sportului și educației fizice	DC	DI	MCSS-FR								28	14			C	4
17.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	DI	SPEL-FR										28		V	2
18.	Limba engleză 4	DC	DI	LSE04-FR								14	14			C	2
	Limba franceză 4			LSF04-FR													
Total ore obligatorii pe semestru					168	28	140	42	4E+5C/V	30		168	56	84	70	4E+5C/V	30
					378			9				378			9		

Nr. crt.	Discipline facultative	C ₁	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I						Semestrul II						
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.	
1.	MODUL A (socio-umane)	DS	DFc	SU2-FR	28	14				C	3						
2.	MODUL B (limbi moderne)	DC	DFc	LM2-FR	28	14				C	3	28	14			C	3
3.	MODUL C (informatică)	DC	DFc	Info2-FR								28		14		C	3
4.	MODUL D (tehnice)	DS	DFc	Teh2-FR								28		14		C	3
5.	MODUL E (sportive)	DC	DFc	Sp2-FR		28				C	2		28			C	2
Total ore facultative pe semestru					56	56				3C	8	84	42	28		4C	11
					112				3			154			4		

C₁ – criteriul conținutului, C₂ – criteriul obligativității, DF – disc. fundamentală, DS – disc. de specialitate, DD – disc. în domeniu, DOU – disc. la opțiunea universității, DI – disc. impusă, DO – disc. opțională, DC – disc. complementară, DFc – disc. facultativă, SI – studiu individual, S – activități de seminar, L – activități de laborator, P – proiect (lucrări practice), V – forma de verificare, Cr. – nr. de credite

Obs.: SI – nr. de ore de curs; S – nr. ore de seminar din PI pentru IF; L / P = nr. ore de laborator / proiect din PI pentru IF.

Conf. dr. Ioan TURCU,
 Decanul facultății

Lect. dr. Florentina NECHITA,
 Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
 Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMION,
 Coordonatorul programului de studii IFR

APROBAT,
 Prof. dr. ing. Ioan Vasile ABRUDAN,
 RECTOR



ANUL III

Nr. crt.	Discipline obligatorii	C ₁	C ₂	Codul discipline	Semestrul I						Semestrul II					
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.
1.	Evaluare motrică și somato-funcțională	DD	DI	EMSF-FR	28	14			E	4						
2.	Practica și metodică instruirii în activitățile motrice pe grupe de vârstă	DS	DI	PMGV-FR	28		28		E	4						
3.	Stagii de practică în unități de învățământ	DS	DI	SPUI-FR				42	V	4						
4.	Metodica predării baschetului în școală	DS	DI	MPB-FR	28		28		E	4						
5.	Metodica predării voleiului în școală	DS	DI	MPV-FR	28		28		E	4						
6.	Activități motrice adaptate	DS	DI	AMA-FR	28	14			C	4						
7.	Activități motrice ludice de timp liber	DS	DI	AML-FR							28		14		E	4
8.	Expresie corporală și euritmie	DS	DI	ECE-FR							14		14		C	3
9.	Stagii de practică în baze de agrement montan	DS	DI	SPBA-FR										42	V	4
10.	Șah	DOU	DI	SAH-FR							14		28		C	3
11.	Activități motrice montane de tip nonformal	DS	DI*	AMNF-FR							56		56		E	6
	Alergare montană			AM-FR												
12.	Comunicare în Știința sportului și educației fizice	DC	DI	CSS-FR							14	14			E	3
Total ore obligatorii pe semestru					140	28	84	42	4E+2C/V	24	126	14	112	42	3E+3C/V	23
					294				6		294				6	

* discipline impuse în regim modular (7 săpt. + 7 săpt.)

Nr. crt.	Discipline opționale	C ₁	C ₂	Codul discipline	Semestrul I						Semestrul II						
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.	
Se alege o singură disciplină din fiecare pachet																	
13.	Teoria și practica instruirii în mediu montan – sanie	D	D	TPS-FR	14		28		C	3							
	Teoria și practica instruirii în mediu montan – sărituri cu schiurile	D	O	TPSS-FR													
14.	Teoria și practica instruirii în dans sportiv	D	D	TPDS-FR	14		28		C	3							
	Teoria și practica instruirii în dans folcloric	D	O	TPDF-FR													
15.	Fitness	D	D	FIT-FR							28		28		C	4	
	Gimnastică aerobică de întreținere	S	O	GAI-FR													
16.	Utilizare softuri specializate în Știința sportului și educației fizice	D	D	USSS-FR							14		14		E	3	
	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice			O													MSS-FR
Total ore opționale pe semestru					28	0	56	0	2C	6	42	0	42	0	1E+1C	7	
					84				2		84				2		
Total					378				8	30	378				8	30	

Nr. crt.	Discipline facultative	C ₁	C ₂	Codul disciplinei	Semestrul I						Semestrul II					
					SI	S	L	P	V	Cr.	SI	S	L	P	V	Cr.
1.	MODUL A (socio-umane)	DS	DFc	SU3-FR	28	14			C	3						
2.	MODUL B (tmbi moderne)	DC	DFc	LM3-FR	28	14			C	3	28	14			C	3
3.	MODUL C (informatică)	DC	DFc	Info3-FR							28		14		C	3
4.	MODUL D (tehnice)	DS	DFc	Teh3-FR							28		14		C	3
5.	MODUL E (sportive)	DC	DFc	Sp3-FR		28			C	2		28			C	2
Total ore facultative pe semestru					56	56			3C	8	84	42	28		4C	11
					112				3		154				4	

C₁ – criteriul conținutului, C₂ – criteriul obligativității, DF – disc. fundamentală, DS – disc. de specialitate, DD – disc. în domeniu, DOU – disc. la opțiunea universității, DI – disc. impusă, DO – disc. opțională, DC – disc. complementară, DFc – disc. facultativă, SI – studiu individual, S – activități de seminar, L – activități de laborator, P – proiect (lucrări practice), V – forma de verificare, Cr. – nr. de credite

Obs.: SI – nr. de ore de curs / S = nr. ore de seminar din PI pentru IF; L / P = nr. ore de laborator / proiect din PI pentru IF.

Conf. dr. Ioan TURCU,
 Decanul facultății

Lect. dr. Florentina NECHITA,
 Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
 Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMION,
 Coordonatorul programului de studii IFR

Universitatea Transilvania din Braşov
 Facultatea: Educație fizică și sporturi montane
 Departamentul coordonator: Educație fizică și motricitate specială
 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 redusă (IFR)

Ministerul Educației și Cercetării
 Valabil pentru promoția 2020-2023

APROBAT,
 Prof. dr. ing. Ioan Vasile ABRUDAN
 RECTOR



BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	Obligatorii	770	756	588	2114	92,64%	85 %-95%
2	Opționale	–	–	168	168	7,36%	5%-10%
TOTAL		770	756	756	2282	100%	100%
3	Facultative	266	266	266	798		

BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	fundamentale	294	224	–	518	22,7	20%-25%
2	în domeniu	378	238	126	742	32,52	30%- 35%
3	de specialitate	–	196	532	728	31,9	30%- 35%
4	complementare	70	98	56	224	9,82	5%-10%
5	la opțiunea universității	28	–	42	70	3,06	3%-5%
TOTAL		770	756	756	2282	100%	

Conf. dr. Ioan TURCU,
 Decanul facultății

Lect. dr. Florentina NECHITA,
 Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,
 Coordonatorul CIDIFR

Lect. dr. Gabriel SIMJON,
 Coordonatorul programului de studii IFR