

# PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT al promoției 2024-2027

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:

Educație fizică și sporturi montane

---

Durata studiilor:

3 ani

---

Forma de învățământ:

cu frecvență redusă (IFR)

---

## 1. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

**Obiectivul general** al programului de studii constă în formarea cadrelor didactice de specialitate, abilitate cu capacități și competențe pe direcția proiectării, conducerii și evaluării actului de predare-învățare la nivelul stadiului I al antrenamentului sportiv și în activitățile de educație fizică. Programul de studii are validată calificarea în Registrului Național al Calificărilor în Învățământul Superior, conform deciziei numărul 3481 din 21.02.2019, având cod COR ISCO-08: 235923 – profesor-antrenor și 233002 – profesor în învățământul gimnazial.

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

**Obiectivele secundare** ale programului de studii sunt: (i) formarea specialistului cu studii de licență în domeniul educației fizice și sportului; (ii) formarea specialistului cu capacități de cercetare științifică, pentru asigurarea suportului științific necesar cunoașterii, dezvoltării și evoluției domeniului; (iii) formarea specialistului cu valențe integrative într-o gamă variată de activități conexe domeniului educației fizice și sportului (expert, consilier pe probleme sportive, monitor de timp liber, funcționar de stat sau funcționar public).

**Obiectivele educaționale**, formulate din perspectiva cadrului didactic și rezultate prin operaționalizarea competențelor de formare, structurate pe cele trei dimensiuni, sunt expuse mai jos.

### a) 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.

### b) Obiective aplicativ-practice (instrumental-operaționale):

- să fie capabil de a analiza interdisciplinar diferitele forme de manifestare ale motricității umane și ale capacității de performanță motrică;
- să aibă capacitatea de a se exprima motric la un nivel compatibil cu cerințele profesionale ulterioare și de a conștientiza parametrii de mișcare și efort realizați;
- să dobândească capacitatea de a corela diversitatea cunoștințelor dobândite pe parcursul traseului de studii;
- să fie capabil de a identifica și utiliza noi surse de informație necesare pentru rezolvarea unor probleme noi;
- să fie capabil de a aplica creativ cunoștințele dobândite în facultate, în situații profesionale diverse;
- să aibă capacitatea de a-și organiza eficient activitatea profesională.

### c) Obiective de comunicare și relaționare:

- să dobândească abilitatea de a comunica eficient, utilizând o terminologie specifică și adecvată nivelului de pregătire al subiecților angrenați într-o gamă variată de activități de educație fizică și sport;
- să fie capabil de a utiliza moduri și stiluri de comunicare motrică/amotrică adecvate situațiilor specifice; să dobândească o atitudine flexibilă și adaptabilă la munca de echipă.

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 educației fizice și antrenamentului sportiv

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

R.Î.2.7. Absolventul colaborează cu cadre didactice, cercetători și specialiști pentru a oferi conținuturi de învățare permanent adaptate nevoilor/cerințelor individuale ale elevilor/sportivilor.

R.Î.2.8. Absolventul organizează, derulează și monitorizează diferite activități specifice, cum ar fi turnee sportive și competiții școlare.

R.Î.2.9. Absolventul evaluează, monitorizează și înregistrează permanent progresul elevilor/sportivilor în cadrul activităților specifice desfășurate.

R.Î.2.10. Absolventul manifestă constant dorința de dezvoltare și de perfecționare a conținutului noțional, aptitudinal și managerial specific activității sale profesionale.

### **CP.3. Managementul clasei/grupului de elevi în contextul educației fizice și antrenamentului sportiv**

R.Î.3.1. Absolventul creează un mediu de învățare propice și performanțial bazat pe etică, integritate și valori morale în cadrul clasei de elevi/grupului de sportivi.

R.Î.3.2. Absolventul observă, discută și corectează comportamentul elevilor/sportivilor în timpul lecțiilor și activităților sportive.

R.Î.3.3. Absolventul dezvoltă o comunicare pozitivă cu elevii/sportivii în scopul implicării active a acestora în procesul de predare/învățare.

R.Î.3.4. Absolventul identifică nevoile elevilor/sportivilor precum și diferențele culturale/fizice/sociale dintre aceștia.

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

R.Î.3.6. Absolventul colaborează cu părinții și diriginții elevilor/sportivilor în scopul asigurării unui climat optim necesar dezvoltării polivalente a acestora.

R.Î.3.7. Absolventul utilizează metode de evaluare a comportamentului și a performanței elevilor/sportivilor.

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

R.Î.3.9. Absolventul dezvoltă abilități de monitorizare și coordonare a activităților elevilor/sportivilor pentru a facilita integrarea socială a acestora.

R.Î.3.10. Absolventul manifestă atenție permanentă privind aspectele profesionale specifice postului, în scopul autoperfecționării continue.

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

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

R.Î.1.1. Absolventul demonstrează abilitatea de a comunica eficient cu colegii, elevii și părinții în contextul educației fizice și a antrenamentului sportiv.

R.Î.1.2. Absolventul colaborează permanent cu specialiști din domenii conexe în scopul realizării și promovării unor programe și inițiative comune.

R.Î.1.3. Absolventul utilizează tehnologii și platforme informatice pentru a menține și dezvolta o interacțiune constructivă, permanentă cu părțile elevii/sportivii și părinții acestora.

R.Î.1.4. Absolventul gestionează conflictele spontane cu celeritate, înțelegere și decență, promovând un mediu de activitate sănătos, bazat pe comunicare și înțelegerea reciprocă a nevoilor.

R.Î.1.5. Absolventul identifică, înțelege și armonizează diversitatea culturală și individualitatea în procesul de comunicare și colaborare.

R.Î.1.6. Absolventul dezvoltă abilități de ascultare activă și înțelege nevoile și așteptările elevilor/sportivilor, precum și pe cele ale părinților.

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

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

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

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

R.Î.2.4. Absolventul planifică și implementează strategii de dezvoltare profesională continuă, inclusiv participarea la cursuri de perfecționare, seminare tematice și conferințe științifice.

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

R.Î.2.6. Absolventul monitorizează și controlează evoluția în carieră, inclusiv schimbarea locurilor de muncă sau specializarea în domenii conexe educației fizice și sportului.

## **2. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR**

Număr de semestre: 2 / an universitar

Număr de credite pe semestru: 30

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 27 (28 an I, sem. II)

Numărul de săptămâni pe ani de studii:

Anul de studiu	Activități didactice		Sesiuni de examene			Practică	Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe		Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	3	4	2	2	2	1	12
Anul II	14	14	3	3	2	2	2	1	12
Anul III	14	14	3	3	1	1	2	1	–

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

Stagiul de practică în centre de inițiere în sport/pe ramuri de sport (cod SPIS05 și SPIS06), se va efectua în concordanță cu specializarea pentru care a optat studentul la disciplina Metodica antrenamentului pe ramuri de sport, (cod MA05și MA06).

Pe parcursul studiilor este obligatoriu avizul medical anual privind starea de sănătate a tuturor studenților în vederea practicării educației fizice și sportului sau declarația acestora pe proprie răspundere privind starea de sănătate necesară participării la activitățile didactice specifice

face de către student în anul universitar anterior derulării disciplinelor sau pachetelor de discipline opționale (cu excepția opțiunilor pentru semestrul I, care se exprimă la începutul anului universitar).

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

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

Condițiile de înscriere în anul 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 lucrării 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 ȘI ACTIVITĂȚILE DIDACTICE ALOCATE PE ANI DE STUDII

##### Legenda:

C1 – criteriul obligativității

DI – disciplină impusă (obligatorie)

DO – disciplină opțională (la alegere)

C2 – criteriul conținutului

DF – disciplină fundamentală

DS – disciplină de specialitate

DD – disciplină în domeniu

DC – disciplină complementară

DFc – disciplină facultativă

AI – activități de autoinstruire

SI – studiu individual

SF – seminar față în față (cu prezență fizică)

ST – seminar în sistem tutorial (online sincron/asincron pe platformă)

L – laborator (cu prezență fizică/online sincron pe platformă)

P – proiect (cu prezență fizică/online sincron pe platformă)

FV – forma de verificare

Cr. – nr. de credite

\* dacă este cazul

##### Observații:

AI = nr. de ore de curs din planul de învățământ pentru IF

SI\* = diferența dintre totalul de ore dedicate disciplinei (25 ore x nr. de credite) și nr. de ore didactice pe semestru

SF+ST\*\* = nr. ore de seminar din planul de învățământ pentru IF

\* Orele alocate SI se preiau ca atare din planul de învățământ pentru IF și nu intră în calculul totalului numărului de ore didactice obligatorii/opționale pe semestru din planul de învățământ pentru IFR.

\*\* La forma IFR, seminarele sunt constituite din SF (seminare față în față, cu prezență fizică) și ST (seminare în sistem tutorial, desfășurate online sincron/asincron pe platformă), dar ST nu pot reprezenta mai mult de 50% din totalul orelor alocate pentru seminar.

Universitatea Transilvania din Braşov  
 Facultatea: Educație fizică și sporturi montane  
 Departamentul coordonator: Performanță motrică  
 Programul de studii universitare de licență: Sport și performanță motrică  
 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)

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

Ministerul Educației  
 Valabil în anul universitar 2024-2025



### ANUL I

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C1: DI	C2	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	Anatomie funcțională	DD	ANAT-IFR	28	24	4			69	E	5								
2.	Kinesiologie	DF	KIN-IFR	28	12	2			58	E	4								
3.	Bazele generale ale atletismului	DF	BGA-IFR	28			28		69	E	5								
	Gimnastica de bază	DF	GB-IFR	28			28		69	E	5								
5.	Teoria și practica instruirii în schi alpin	DD	TPISA-IFR	28			28		69	E	5								
6.	Limba engleză 1	DC	LE1-IFR	14	8	6			47	C	3								
	Limba franceză 1		LF1-IFR																
7.	Fiziologie	DD	FIZ-IFR									28	24	4			44	E	4
8.	Scriere academică	DC*	SA-IFR									14	12	2			47	C	3
9.	Fundamentele științifice ale jocului de handbal	DF	FSJH-IFR									28			42		55	E	5
10.	Fundamentele științifice ale jocului de fotbal	DF	FSIF-IFR									28			42		55	E	5
11.	Teoria și practica instruirii în atletism	DD	TPIA-IFR									28			28		69	C	5
12.	Teoria și practica instruirii în gimnastică	DD	TPIG-IFR									28			28		69	C	5
13.	Limba engleză 2	DC	LE2-IFR									14	8	6			47	C	3
	Limba franceză 2		LF2-IFR																
Total ore didactice obligatorii pe semestru				154	44	12	84			5E+1C	27	168	44	12	140		3E+4C		30
				294							6	364							7

\* disciplină la alegerea universității

Nr. crt.	Discipline opționale (la alegere) C1: DO	C2	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	
Se alege o singură disciplină din fiecare pachet																				
13.	Aplicații practice în mediu montan – schi alpin	DD	APSA-IFR																	
	Aplicații practice în discipline sportive de iarnă – schi fond		APSF-IFR					42	33	V	3									
Total ore didactice opționale pe semestru				14	8	6		42		1V	3									
				70							1									
Total				336							7	364							7	30

Nr. crt.	Discipline facultative C1: DFc	C2	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	Metodica predării atletismului în școală	DS	MPAS-IFR	28			14		33	E	3								
2.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	MPGS-IFR	28			14		33	E	3								
3.	Voluntariat 1	DC	VOL1-IFR				42		33	C	3								
4.	Voluntariat 2	DC	VOL2-IFR											42		33	C	3	
Total ore didactice facultative pe semestru				56			70			2E+1C	9			42			1C		3
				126							3	42							1

Conf. dr. Ioan TURCU,  
 Decanul facultății

Conf. dr. Bogdan Marian OANCEA,  
 Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,  
 Coordonatorul CIDIFR

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



## ANUL II

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C <sub>1</sub> : DI	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	Teoria și metodică educației fizice și sportului	DF	TMEFS-IFR	28	12	2			83	E	5								
2.	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	BGAS-IFR	56	24	4			41	E	5								
3.	Teoria și practica în sporturi de expresie	DD	TPE-IFR	28			28		44	C	4								
4.	Teoria și practica instruirii în sporturi de apă: natație	DD	TPIN-IFR	28			28		69	E	5								
5.	Evaluare motrică și somato-funcțională	DD	EMSF-IFR	56			28		41	E	5								
6.	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	ESPA-IFR	14			14		47	E	3								
7.	Limba engleză 3	DC	LE3-IFR	14	8	6			47	C	3								
	LF3-IFR																		
8.	Psihopedagogia	DF	PP-IFR									14		28	58	E	4		
9.	Fundamentele științifice ale jocului de baschet	DF	FSJB-IFR									28		42	55	E	5		
10.	Fundamentele științifice ale jocului de volei	DF	FSJV-IFR									28		42	55	E	5		
11.	Aplicații practice discipline sportive de apă	DD	APDSA-IFR											42	33	V	3		
12.	Metode de cercetare în știința sportului și educației fizice	DC	MCSS-IFR									28	24	4		69	E	5	
13.	Limba engleză 4	DC	LE4-IFR									14	8	6		47	C	3	
	LF42-IFR																		
Total ore didactice obligatorii pe semestru				224	44	12	98			5E 2C	30	112	32	10	154		4E 1C 1V	25	
				378							7	308							6

Nr. crt.	Discipline opționale (la alegere) C <sub>1</sub> : DO	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II										
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.		
Se alege o singură disciplină din fiecare pachet																					
14.	Teoria și practica în alte ramuri sportive: culturism și fitness	DD	TPCF-IFR									28		28		69	C	5			
	Utilizarea softurilor specializate în știința sportului și educației fizice		USS-IFR																		
Total ore didactice opționale pe semestru												28		28		1C	5				
Total				378							7	30	364							7	30

Nr. crt.	Discipline facultative C <sub>1</sub> : DFc	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II								
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.
1.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	MPFS-IFR	28			14	33	E	3									
2.	Metodica predării handbalului în școală	DS	MPHS-IFR	28			14	33	E	3									
3.	Voluntariat 3	DC	VOL3-IFR				42	33	C	3									
4.	Stagiu de practică în baze de agrement montan	DS	SPBAG-IFR											42	53	C	4		
5.	Voluntariat 4	DC	VOL4-IFR										42	33	C	3			
Total ore didactice facultative pe semestru				56			70		2E+1C	9			42	42		2C	7		
				126							3	84							2

Conf. dr. Ioan TURCU,  
Decanul facultății

Conf. dr. Bogdan Marian OANCEA,  
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,  
Coordonatorul CIDIFR

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



**ANUL III**

Nr. crt.	Discipline obligatorii (impuse) C <sub>1</sub> : DI	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	
1.	Teoria și practica instruirii în sporturile de combat	DD	TPIC-IFR	14			14			97	C	4								
2.	Fiziologia efortului sportiv	DS	FIZEF-IFR	28			28			69	E	5								
3.	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	DS	RRSP-IFR	28			28			69	E	5								
	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 1	DS	MARS1-IFR	56			56			38	E	6								
5.	Șah	DC*	Ș-IFR				14			61	C	3								
6.	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport	DS	SPCIS-IFR						42	33	V	3								
7.	Psihologia sportului	DS	PS-FR										28	24	4			69	E	5
8.	Tehnici de monitorizare a performanței sportive	DS	TMPS-FR										28			28		69	E	5
9.	Metodica antrenamentului pe ramuri de sport 2	DS	MA2-FR										56			56		38	E	6
10.	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	DS	TMDCM-FR										28			28		69	E	5
11.	Stagiu de practică în acțiuni și evenimente sportive	DS	SPES-FR													28		47	V	3
12.	Stagiu de practică în structuri ale sportului	DS	SPSS-FR													42		33	V	3
13.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DD	SPEL-FR														42	33	V	3
<b>Total ore didactice obligatorii pe semestru</b>				126			140	42			3E 2C 1V	26	140	24	4	182	42		4E 3V	30
				<b>308</b>							<b>6</b>	<b>392</b>							<b>7</b>	

\* disciplină la alegerea universității

Nr. crt.	Discipline opționale (la alegere) C <sub>1</sub> : DO	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II										
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.		
<b>Se alege o singură disciplină din fiecare pachet</b>																					
14.	Etică și deontologie în antrenamentul sportiv	DC*	EDAS-IFR																		
	Management aplicat în Știința sportului și educației fizice		MASSEF-IFR	28	24	4				44	C	4									
<b>Total ore didactice opționale pe semestru</b>				28	24	4				44	1C	4									
<b>Total</b>				<b>364</b>							<b>7</b>	<b>30</b>	<b>392</b>							<b>7</b>	<b>30</b>

\* disciplină la alegerea universității

Nr. crt.	Discipline facultative C <sub>1</sub> : DFc	C <sub>2</sub>	Codul disciplinei	Semestrul I							Semestrul II									
				AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	AI	SF	ST	L	P	SI	FV	Cr.	
1.	Metodica predării voleiului în școală	DS	MPVS-IFR	28			14			33	E	3								
2.	Metodica predării baschetului în școală	DS	MPBS-IFR	28			14			33	E	3								
3.	Voluntariat 5	DC	VOL5-IFR				42			33	C	3								
4.	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	CSSEF-IFR										14	12	2			22	E	2
5.	Voluntariat 6	DC	VOL6-IFR													42		33	C	3
<b>Total ore didactice facultative pe semestru</b>				56			70				2E+1C	9	14	12	2	42			1E+1C	5
				<b>126</b>							<b>3</b>	<b>70</b>							<b>2</b>	

Conf. dr. Ioan TURCU,  
Decanul facultății

Conf. dr. Bogdan Marian OANCEA,  
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,  
Coordonatorul CIDIFR

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

Universitatea Transilvania din Braşov

Facultatea: **Educație fizică și sporturi montane**

Departamentul coordonator: **Performanță motrică**

Programul de studii universitare de licență: **Sport și performanță motrică**

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

Valabil pentru promoția 2024-2027



### BILANȚ GENERAL I

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	obligatorii	658	686	700	2044	92,99%	85-90%
2	opționale	42	56	56	154	7,01%	5-10%
<b>TOTAL</b>		<b>700</b>	<b>742</b>	<b>756</b>	<b>2198</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>
3	facultative	168	210	196	574	-	-

### BILANȚ GENERAL II

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	fundamentale	294	252	0	546	24,84%	20-25%
2	în domeniu	322	294	70	686	31,21%	30-35%
3	de specialitate	0	84	616	700	31,85%	30-35%
4	complementare	56	112	0	168	7,64%	5-10%
<b>TOTAL</b>		<b>700</b>	<b>742</b>	<b>756</b>	<b>2198</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>
din care	la alegerea universității	28	0	70	98	4,46%	3-5%
	Practică	0	0	112	112	5,10%	-

Conf. dr. Ioan TURCU,  
Decanul facultății

Conf. dr. Bogdan Marian OANCEA,  
Directorul de departament

Conf. dr. Ana ENE,  
Coordonatorul CIDIFR

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