

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2025-2026

|                                                                                        |                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Facultate:                                                                             | Educație Fizică și Sport                                              |
| Ciclul de studii universitare:                                                         | Licență                                                               |
| Denumirea programului de studii universitare de licență:                               | <b>Educație fizică și sportivă</b>                                    |
| Denumirea calificării <sup>1</sup> dobândită în urma absolvirii programului de studii: | Educație fizică și sportivă                                           |
| Nivelul calificării (conform CNC/CEC):                                                 | Nivel 6                                                               |
| Titlul acordat:                                                                        | Licențiat în educație fizică și sport                                 |
| Durata studiilor (în ani):                                                             | 3                                                                     |
| Numărul de credite (ECTS):                                                             | 180                                                                   |
| Forma de învățământ:                                                                   | Învățământ cu frecvență                                               |
| Limba de predare:                                                                      | Română                                                                |
| Locația geografică de desfășurare a studiilor:                                         | Timișoara                                                             |
| <b>Încadrarea programului de studii în domenii de știință</b>                          |                                                                       |
| Domeniul fundamental:                                                                  | Știința sportului și educației fizice                                 |
| Ramura de știință:                                                                     | Știința sportului și educației fizice                                 |
| Domeniul de studii universitare de licență:                                            | Educație fizică și sport                                              |
| Denumirea domeniului <u>larg</u> de studii (conform DL-ISCED F-2013):                  | Educație                                                              |
| Denumirea domeniului <u>restrâns</u> de studii (conform DR-ISCED F-2013):              | Educație                                                              |
| Denumirea domeniului <u>detaliat</u> de studii (conform DDS-ISCED F-2013):             | Formarea cadrelor didactice cu o specializare pe o anumită disciplină |

<sup>1</sup> *Calificarea (qualification)* este rezultatul formal al unui proces de evaluare și validare, care este obținut atunci când un organism/o autoritate competent/ă stabilește că o persoană a dobândit rezultate ale învățării corespunzătoare unor standarde prestabilite. Calificările dobândite de absolvenții programelor de studii din învățământul superior sunt atestate prin diplome, prin certificate și prin alte acte de studii eliberate numai de către instituțiile de învățământ superior acreditate.

# PREZENTAREA GENERALĂ A PROGRAMULUI DE STUDII UNIVERSITARE

## 1. Misiunea programului de studii<sup>2</sup>

Misiunea programului de studii constă în principal din realizarea unei oferte formativ-educative bazate pe calitatea și experiența academică a cadrelor didactice titulare și asociate, precum și pe baza materială disponibilă în cadrul facultății. Procesul didactic din cadrul facultății noastre se desfășoară pe baza sistemului european de credite transferabile (ECTS), studenții parcurgând în mod facultativ *Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competențelor pentru profesia didactică* care va permite exercitarea ocupației de profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar.

---

<sup>2</sup> Misiunea și obiectivele programului de studii trebuie să fie în concordanță cu misiunea Universității de Vest din Timișoara și cu cerințele identificate pe piața muncii.

Conform [Cartei universitare](#) (articolul 5), **misiunea generală a UVT este de educație și cercetare avansată, generând, transferând și certificând cunoaștere către societate** prin:

- a) formarea inițială și continuă de tip universitar și postuniversitar, în scopul dezvoltării profesionale și personale a studenților, studenților-doctoranzi și cursanților, precum și în vederea inserției pe piața muncii a absolvenților și satisfacerii nevoii de competență a mediului socio-economic;
- b) cercetarea științifică, dezvoltarea, inovarea și transferul tehnologic, prin creația individuală și colectivă, relevante pentru progresul cunoașterii și mediul socio-economic;
- c) implicarea în comunitate, prin desfășurarea unor activități comune în beneficiul universității și al mediului social, economic și cultural.

UVT își asumă misiunea proprie de catalizator al dezvoltării societății românești prin crearea unui mediu inovativ și participativ de cercetare științifică, de învățare, de creație cultural-artistică și de performanță sportivă, transferând spre comunitate competențe și cunoștințe prin serviciile de educație, cercetare și de consultanță pe care le oferă partenerilor din mediul economic și socio-cultural, precum și prin formarea și promovarea valorilor democratice, ale statului de drept și ale drepturilor și libertăților fundamentale, pregătind cetățeni activi și implicați în societate.

Realizarea misiunii UVT se concretizează în (*articolul 6 din Carta UVT*):

- promovarea cercetării științifice, a dezvoltării și inovării, a transferului tehnologic, a creației literar-artistice și a performanței sportive;
- formarea inițială și continuă a resurselor umane calificate și înalt calificate;
- dezvoltarea gândirii critice și a potențialului creativ al membrilor comunității universitare;
- crearea, teaurizarea și răspândirea valorilor culturii și civilizației umane;
- promovarea interferențelor multiculturale, plurilingvistice și interconfesionale;
- afirmarea culturii și științei românești în circuitul mondial de valori;
- dezvoltarea societății românești în cadrul unui stat de drept, liber și democrat;
- afilierea la alianțe universitare europene.

Programul de studii universitare are o abordare complexă în realizarea conținutului procesului de învățământ, pornindu-se de la principiul de formare, consolidare și aprofundare a cunoștințelor pe parcursul studiilor universitare de licență.

Acest program de studii universitare se adresează absolvenților studiilor preuniversitare (liceale), dar și absolvenților altor programe de studii universitare de licență, interesați de formarea și completarea educațională în domeniul educației fizice și sportului.

Colaborările cu instituțiile de specialitate din domeniu permit studenților să aibă acces la informații utile și de actualitate. Instituțiile partenere, prin oferta educațională proprie, dau posibilitatea studenților să dobândească cunoștințe, deprinderi și abilități, creând astfel o perspectivă mai largă asupra acestui domeniu. În prezent, studenții acestui program au posibilitatea de a studia la universități din Uniunea Europeană și nu numai, în baza programului ERASMUS+.

Activitatea de cercetare științifică, în care studenții pot fi implicați sub îndrumarea cadrelor didactice, se bazează pe existența a șase colective de cercetare, având următoarele direcții și teme de cercetare: Educația fizică în învățământul universitar și preuniversitar, Sportul de performanță, Sportul de timp liber, Managementul activității sportive, Orientarea relațională în marketingul sporturilor.

Prin tot ceea ce se întreprinde de cadrele didactice în cadrul acestui program de studii universitare se dorește realizarea unui proces didactic de calitate caracterizat de:

- organizarea predării și însușirii competențelor profesionale, pentru formarea și perfecționarea resurselor umane înalt calificate, prin promovarea învățământului de excelență și racordarea acestuia la standardele actuale, în domeniul educației și cercetării activității motrice;
- crearea, teaurizarea și răspândirea valorilor culturii sportive;
- diseminarea cunoștințelor și orientărilor metodologice moderne în domeniul Educație fizică și sport;
- încurajarea și dezvoltarea gândirii critice, a potențialului creativ al membrilor comunității universitare;
- permanenta sincronizare a programelor de studii la nevoile și cerințele pieței de muncă;
- crearea mediului optim de desfășurare și dezvoltare a activității de cercetare științifică, precum și posibilitatea valorificării prin publicare a articolelor științifice în revistele de specialitate ale facultății (*Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal* și *Analele Universității de Vest, seria Educație Fizică și Sport*);
- promovarea și încurajarea performanței studenților în domeniul cercetării științifice și a sportului, prin organizarea și participarea lor la sesiuni științifice studentești și competiții sportive;

- crearea oportunităților de colaborare academică cu instituții similare din țară și străinătate;
- promovarea interferențelor multiculturale, plurilingvistice și interconfesionale.

## 2. Competențe și rezultate așteptate ale învățării formate în cadrul programului de studii

### A. COMPETENȚE<sup>3</sup>

#### Competențe-cheie<sup>4</sup>:

- competențele digitale;
- competențele personale, sociale și de a învăța să înveți;
- competențele multilingvistice;
- competențele civice;
- competențele de exprimare și conștientizare culturală.

#### Competențe profesionale<sup>5</sup>:

1. Aplică managementul riscurilor în domeniul sportiv - Gestionează mediul și sportivii sau participanții pentru a le minimiza riscul de a suferi un prejudiciu. Aceasta include verificarea caracterului adecvat al locului de desfășurare și al echipamentelor și colectarea de informații privind istoricul sportiv și de sănătate relevant de la sportivi sau participanți. Aceasta include, de asemenea, verificarea dacă există o asigurare permanentă corespunzătoare;
2. Aplică strategii didactice - Utilizează diferite abordări, stiluri de învățare și canale pentru instruirea elevilor și studenților, cum ar fi comunicarea de conținut în termeni pe care aceștia

---

<sup>3</sup> *Competența (competence)* reprezintă capacitatea dovedită de a selecta, combina și utiliza adecvat cunoștințe, aptitudini și abilități personale, sociale și/sau metodologice și alte achiziții constând în valori și atitudini, pentru rezolvarea cu succes a unei anumite categorii de situații de muncă sau de învățare, precum și pentru dezvoltarea profesională ori personală în condiții de eficacitate și eficiență.

<sup>4</sup> *Competențele-cheie pentru învățarea pe tot parcursul vieții* sunt acele competențe de care au nevoie toți cetățenii pentru împlinirea și dezvoltarea personală, ocuparea unui loc de muncă, incluziune socială și cetățenie activă, fiind dezvoltate în perspectiva învățării pe tot parcursul vieții, începând din copilăria mică și pe tot parcursul vieții adulte, prin intermediul învățării formale, non-formale și informale.

<sup>5</sup> *Competențele profesionale* reprezintă capacitatea de a realiza activitățile cerute la locul de muncă la nivelul calitativ specificat în standardul ocupațional. Acestea se dobândesc pe cale formală, respectiv prin parcurgerea unui program organizat de o instituție acreditată.

- îi înțeleg, organizarea de discuții cu privire la claritate și repetarea argumentelor atunci când este necesar. Utilizează o gamă largă de instrumente și metodologii de predare adecvate pentru conținutul clasei, nivelul, obiectivele și prioritățile persoanelor care învață;
3. Asigură gestionarea colectivului de elevi - Menține disciplina și implică studenții în timpul instruirii;
  4. Asigură respectarea disciplinei în rândul elevilor și studenților - Se asigură că elevii și studenții urmează regulile și codul de conduită stabilite în școală și ia măsurile corespunzătoare în caz de încălcare sau de comportament necorespunzător;
  5. Compilează materiale de curs - Scribe, alege sau recomandă o programă de material didactic pentru studenții înscriși la curs;
  6. Cooperează cu personalul didactic - Comunică cu personalul școlii, cum ar fi profesori, profesori de sprijin, consilieri universitari și director, pe teme legate de bunăstarea elevilor și a studenților. În contextul unei universități, colaborează cu personalul tehnic și cu personalul de cercetare pentru a discuta despre proiecte de cercetare și probleme legate de cursuri;
  7. Cooperează cu personalul didactic de sprijin - Comunică cu conducerea instituțiilor de învățământ, cum ar fi directorul școlii și membrii consiliului de administrație, precum și cu echipa didactică de sprijin, cum ar fi profesorul de sprijin, consilierul școlar sau consilierul de învățământ superior, pe probleme legate de starea de bine a elevilor și studenților;
  8. Distribuie teme pentru acasă - Furnizează exercițiile și sarcinile suplimentare pe care elevii și studenții le vor pregăti acasă, le explică în mod clar și stabilește termenul limită și metoda de evaluare;
  9. Elaborează programa analitică - Cercetează și stabilește o programă analitică a cursului care urmează să fie predat și calculează un calendar pentru planul de pregătire, în conformitate cu reglementările școlare și cu obiectivele programelor școlare;
  10. Garantează siguranța elevilor și studenților - Se asigură de faptul că toți elevii și studenții care se află sub îndrumarea unui instructor sau sub supravegherea altei persoane sunt în siguranță și sunt prezenți. Respectă măsurile de siguranță în contextul de învățare;
  11. Ilustrează cu exemple în timpul activității didactice - Le prezintă altor persoane exemple ale experienței, aptitudinilor și competențelor proprii, care sunt adecvate conținutului de învățare specific pentru a-i ajuta pe elevi și studenți în procesul de învățare;
  12. Monitorizează comportamentul elevilor și studenților - Supraveghează comportamentul social al elevilor și studenților pentru a descoperi orice comportament care iese în afara normalității. Contribuie la rezolvarea eventualelor probleme, dacă este necesar;
  13. Monitorizează relațiile dintre elevi și dintre elevi și profesori - Gestionează relațiile dintre elevi și pe cele dintre elevi și profesori. Acționează ca o autoritate echitabilă și creează un climat de încredere și stabilitate;

14. Motivează sportivii - Stimulează pozitiv atleții și dorința intrinsecă a participanților de a îndeplini sarcinile necesare pentru a-și îndeplini obiectivele și pentru a depăși limitele proprii de competențe și înțelegere;
15. Observă progresul școlar al elevilor și studenților - Monitorizează progresele elevilor și studenților și le evaluează realizările și nevoile;
16. Oferă feedback constructiv - Oferă feedback justificat atât prin critici, cât și prin laude într-un mod respectuos, clar și coerent. Evidențiază realizările și greșelile și să stabilește metode de evaluare formatoare pentru a evalua activitatea;
17. Oferă instruire în domeniul sportiv - Oferă instruire tehnică și tactică adecvată privind un anumit sport, prin abordări pedagogice variate și solide pentru a răspunde nevoilor participanților și a atinge obiectivele dorite. Acest lucru necesită aptitudini precum comunicarea, explicarea, demonstrarea, simularea, feedbackul, interogarea și corectarea;
18. Organizează activități de formare - Face pregătirile necesare pentru desfășurarea unei sesiuni de formare. Asigură echipamente, resurse și materiale pentru exerciții. Se asigură că activitatea de formare se desfășoară fără probleme;
19. Personalizează programul de antrenament sportiv - Observă și evaluează performanța individuală și determină nevoile personale și motivația de a adapta programele în mod corespunzător și în colaborare cu participantul;
20. Planifică programul de pregătire sportivă - Prezintă participanților un program adecvat de activități pentru a susține evoluția către nivelul de expertiză cerut în intervalul de timp specificat, luând în considerare cunoștințele științifice și sportive relevante;
21. Pregătește conținutul lecției - Pregătește conținutul care urmează să fie predat în clasă, în conformitate cu obiectivele planului de învățământ, prin elaborarea de exerciții, căutarea de exemple actualizate etc.

#### **Competențe transversale<sup>6</sup>:**

1. Acordă sprijin elevilor și studenților în procesul de învățare - Sprijină și instruește studenții în activitatea lor, le oferă cursanților sprijin practic și încurajări;
2. Adaptează strategia didactică la abilitățile elevilor și studenților - Identifică dificultățile de învățare și reușitele în învățare ale elevilor și studenților. Selectează strategii de predare și de învățare care vin în sprijinul nevoilor și obiectivelor individuale de învățare ale elevilor;
3. Aplică strategii didactice interculturale - Se asigură că conținutul, metodele, materialele și experiența generală de învățare sunt cuprinzătoare pentru toți elevii și studenții și ia în considerare așteptările și experiențele cursanților care provin din medii culturale diferite. Explorează stereotipurile individuale și sociale și elaborează strategii interculturale de predare;

---

<sup>6</sup> *Competențele transversale* reprezintă achizițiile valorice și atitudinale care depășesc un anumit domeniu/program de studii și se exprimă prin următorii descriptori: responsabilitate și autonomie, interacțiune socială, dezvoltare personală și profesională.

4. Evaluează progresul școlar al elevilor și studenților - Evaluează progresul (academic) al elevilor și studenților, realizările, cunoștințele despre curs și competențele prin sarcini de lucru, teste și examinări. Diagnostichează nevoile acestora și urmărească progresele, punctele forte și punctele slabe ale acestora. Formulează o declarație sumativă privind obiectivele pe care le-a realizat elevul sau studentul;
5. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate - Țină pasul cu noile cercetări, reglementări și alte modificări semnificative legate de piața muncii sau de alte aspecte, care au loc în domeniul de specializare.

## B. REZULTATE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII<sup>7</sup>

a) **Cunoștințe<sup>8</sup>** - Conform *Cadrului European al Calificărilor (European Qualifications Framework – EQF)*, rezultatele învățării aferente **nivelului 6 de calificare**, corespunzător studiilor universitare de licență, presupun **cunoștințe avansate într-un domeniu de muncă sau de studiu, care implică înțelegerea critică a teoriilor și principiilor**:

- C1. Explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale;
- C2. Explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului prin adaptarea și particularizarea intervențiilor;
- C3. Explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial;
- C4. Explică procesele de creștere și dezvoltare, implicațiile lor asupra motricității, tipologia constituțională somato-funcțională, motrică și psihică, corelațiile dintre tipul constituțional și cerințele/particularitățile activității de educație fizică și sport, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial;
- C5. Explică și descrie noțiunile fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie, a fundamentelor bio-mecanice și comportamentale ale activităților motrice, în scopul utilizării eficiente pentru gestionarea efortului fizic sportiv;

---

<sup>7</sup> *Rezultatele învățării (learning outcomes)* înseamnă enunțuri care se referă la ceea ce cunoaște, înțelege și este capabil să facă un cursant la terminarea unui proces de învățare și care sunt definite sub formă de cunoștințe, abilități, responsabilitate și autonomie.

<sup>8</sup> *Cunoștințele (knowledge)* înseamnă rezultatul asimilării de informații prin învățare. Cunoștințele reprezintă ansamblul de fapte, principii, teorii și practici legate de un anumit domeniu de muncă sau de studiu. Cunoștințele sunt descrise ca fiind teoretice și/sau factice. Cunoștințele se exprimă prin următorii descriptori: cunoaștere, înțelegere și utilizare a limbajului specific, explicare și interpretare.

- C6. Descrie structura, principiile și mecanismele de bază ale evoluției și funcționării psihicului uman, relația sistemică subiect – mediu, metodele și tehnicile de evaluare a caracteristicilor psihomotrice la diferite vârste, în contextul practicării exercițiilor fizice;
- C7. Definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice;
- C8. Explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional;
- C9. Clasifică și operează cu noțiuni referitoare la formele de organizare și resursele necesare practicării exercițiilor fizice în diferite medii educaționale, la tehnicile și mijloacele specifice managementului și la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educației fizice și sportului;
- C10. Explică diferite metode de colectare și analiză a informațiilor relevante privind istoricul sportiv și de sănătate al participanților, precum și verifică existența unei asigurări corespunzătoare, pentru a gestiona eficient riscurile asociate activităților sportive;
- C11. Explică diferite metode de implementare de strategii didactice care să includă și să respecte diversitatea culturală a cursanților, asigurându-se că metodele și materialele de predare sunt cuprinzătoare și accesibile pentru toți;
- C12. Explică și descrie ce înseamnă un comportament necorespunzător al elevilor și studenților, descrie măsurile corespunzătoare care pot fi luate pentru a corecta și preveni astfel de comportamente;
- C13. Explică și descrie formele de comunicare eficiente cu personalul școlii, inclusiv cu profesori, profesori de sprijin, consilieri universitari și directori, pentru a aborda și rezolva probleme legate de bunăstarea elevilor și a studenților;
- C14. Descrie formele de colaborare cu personalul tehnic și de cercetare din cadrul universității pentru a discuta și a dezvolta proiecte de cercetare, precum și pentru a soluționa probleme legate de cursuri și activități academice;
- C15. Explică și descrie exerciții și sarcini suplimentare clare și bine structurate, explicându-le în mod detaliat pentru a asigura înțelegerea completă a cerințelor;
- C16. Clasifică și operează declarații sumative privind obiectivele realizate de elevi și studenți, oferind o evaluare comprehensivă a competențelor și cunoștințelor dobândite;
- C17. Explică noțiuni generale de implementare a măsurilor de siguranță în contextul de învățare, creând un mediu educațional sigur și protejat pentru toți participanții;

- C18. Definește și analizează care pot fi comportamentele deviante ale elevilor și studenților, utilizând tehnici de observare și evaluare pentru a interveni eficient;
- C19. Descrie relațiile interpersonale în cadrul clasei, promovează un mediu de învățare bazat pe respect reciproc și colaborare, acționând ca o autoritate echitabilă;
- C20. Definește și clasifică un climat de încredere și stabilitate în cadrul grupului educațional, tehnicile de mediere și comunicare eficientă, pentru a facilita relațiile pozitive dintre elevi și dintre elevi și profesori;
- C21. Explică tehnicile de motivare pozitivă pentru a stimula dorința intrinsecă a sportivilor de a-și îndeplini obiectivele și de a depăși limitele proprii de competențe și înțelegere;
- C22. Explică și aplică metodele de cercetare utilizate în științele sportului, inclusiv proiectarea studiului, colectarea și analiza datelor, pentru a fundamenta științific elaborarea unei lucrări de cercetare;
- C23. Descrie și utilizează surse academice relevante, tehnici de citare și norme de redactare științifică pentru a asigura calitatea și integritatea unei lucrări de cercetare, respectând standardele etice și metodologice.

**b) Abilități<sup>9</sup>** - Conform *Cadrului European al Calificărilor (European Qualifications Framework – EQF)*, rezultatele învățării aferente **nivelului 6 de calificare**, corespunzător studiilor universitare de licență, presupun **abilități avansate, care denotă control și inovare, necesare pentru a rezolva probleme complexe și imprevizibile într-un domeniu de muncă sau de studiu specializat**:

- A1. Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice și sportului;
- A2. Proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative și de recuperare, strategii de dezvoltare organizațională, după caz;
- A3. Colectează, selectează și prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice și experimentale;
- A4. Organizează și conduce activități specifice domeniului de competență, pentru diferite categorii de beneficiari;
- A5. Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate;

---

<sup>9</sup> *Abilitatea (skill)* reprezintă capacitatea de a aplica și de a utiliza cunoștințe pentru a duce la îndeplinire sarcini și pentru a rezolva probleme. Abilitățile sunt descrise ca fiind cognitive (implicând utilizarea gândirii logice, intuitive și creative) sau practice (implicând dexteritate manuală și utilizarea de metode, materiale, unelte și instrumente). Abilitățile se exprimă prin următorii descriptori: aplicare, transfer și rezolvare de probleme, reflecție critică și constructivă, creativitate și inovare.

- A6. Clasifică formele de organizare și practicare a activității de educație fizică și sport;
- A7. Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului;
- A8. Identifică și interpretează tipologia constituțională (somato-funcțională, motrică și psihică);
- A9. Integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță;
- A10. Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice;
- A11. Identifică structuri anatomice ale organismului uman și relațiile cu funcțiile acestora;
- A12. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare;
- A13. Caracterizează efortul fizic în funcție de particularitățile somato-funcționale, motrice și psihice ale organismului uman;
- A14. Explică rolul proceselor cognitive în comportamentul motric uman;
- A15. Prezintă rolul manifestărilor socio-afective în modelarea comportamentului motric;
- A16. Ilustrează influența exercițiilor fizice asupra relațiilor sociale;
- A17. Identifică forma și conținutul exercițiului fizic;
- A18. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora;
- A19. Exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice;
- A20. Selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire;
- A21. Utilizează metodele de predare în acord cu conținuturile programelor de instruire;
- A22. Caracterizează sistemul și formele de organizare a practicării exercițiilor fizice;
- A23. Identifică resursele umane, materiale, financiare, informaționale necesare managementului activităților de educație fizică și sport;
- A24. Identifică elemente legislative de reglementare a organizării și funcționării structurilor din sistemul de educație fizică și sport;
- A25. Identifică nevoile individuale ale elevilor/studentilor și oferă sprijin personalizat pentru a facilita procesul de învățare;
- A26. Analizează formele de evaluare și verificare a locului de desfășurare și a echipamentelor sportive, asigurându-se că acestea îndeplinesc standardele de siguranță necesare pentru a minimiza riscul de prejudiciu;

- A27. Identifică stereotipurile individuale sau sociale și elaborează strategii interculturale de predare care să promoveze înțelegerea și respectul reciproc între cursanți din medii culturale diferite;
- A28. Utilizează metode interactive și motivante pentru a implica activ elevii în timpul instruirii, promovând participarea și implicarea constantă a acestora în procesul educațional;
- A29. Caracterizează sistemul de implementare și monitorizare a respectării regulilor și codului de conduită stabilite în școală, asigurând un mediu educațional ordonat și disciplinat;
- A30. Planifică termene limită realiste și metode de evaluare adecvate pentru temele pentru acasă, asigurându-se că elevii și studenții au suficient timp și resurse pentru a finaliza sarcinile;
- A31. Analizează și interpretează progresul academic al elevilor și studenților prin sarcini de lucru, teste și examinări, identificând realizările și cunoștințele dobândite;
- A32. Analizează și înțelege cum să implementeze măsuri de siguranță adecvate în mediul de învățare, asigurând un spațiu educațional sigur și protejat pentru toți participanții;
- A33. Identifică și monitorizează constant comportamentul elevilor și studenților, utilizând metode de observare și evaluare pentru a asigura un mediu educațional sigur și armonios;
- A34. Identifică factorii motivaționali individuali ai sportivilor, adaptând strategiile de antrenament pentru a maximiza performanța și angajamentul acestora;
- A35. Prezintă rapoarte detaliate privind realizările și nevoile elevilor și studenților, oferind recomandări pentru intervenții educaționale personalizate;
- A36. Utilizează metode de evaluare formative care să permită o evaluare continuă și constructivă a activității elevilor și studenților, promovând astfel un mediu de învățare pozitiv și productiv;
- A37. Proiectează și coordonează logistic activitățile de formare, gestionând eficient timpul și resursele pentru a asigura o desfășurare fără probleme a sesiunilor de formare;
- A38. Utilizează și integrează exemple actualizate și relevante în materialele didactice, pentru a facilita înțelegerea și aplicarea conceptelor predate;
- A39. Identifică și utilizează metode de cercetare adecvate, inclusiv tehnici de colectare și analiză a datelor, pentru a susține validitatea și relevanța concluziilor formulate în studii de cercetare;

- A40. Redactează și structurează corect o lucrare științifică, respectând normele academice privind citarea, argumentarea și prezentarea rezultatelor, pentru a asigura claritatea și rigoarea expunerii.

**c) Responsabilitate și autonomie<sup>10</sup>** - Conform *Cadrului European al Calificărilor (European Qualifications Framework – EQF)*, rezultatele învățării aferente **nivelului 6 de calificare**, corespunzător studiilor universitare de licență, presupun *gestionarea de activități sau proiecte tehnice sau profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile și asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și a grupurilor*:

- R1. Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice;
- R2. Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului;
- R3. Realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital;
- R4. Identifică și rezolvă probleme de specialitate aplicând tehnici de lucru și de cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților pe care le desfășoară;
- R5. Exerciță diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare (inclusiv rolul de coordonator al acestora);
- R6. Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice;
- R7. Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței în funcție de principiile și metodele învățate;
- R8. Adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicare a acestora;
- R9. Selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale indivizilor;
- R10. Creează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup;
- R11. Adoptă decizii independente privind ritmul de asimilare a cunoștințelor și aptitudinilor motrice;
- R12. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu;

---

<sup>10</sup> *Responsabilitate și autonomie (responsibility and autonomy)* înseamnă capacitatea cursantului de a aplica în mod autonom și responsabil cunoștințele și aptitudinile sale.

- R13. Argumentează rolul aparatelor și sistemelor corpului uman în efectuarea actelor și acțiunilor motrice;
- R14. Recunoaște parametrii de mișcare ai acțiunilor motrice;
- R15. Stabilește parametrii efortului fizic în funcție de obiectivele de instruire;
- R16. Alege mijloace de instruire care să favorizeze manifestarea și dezvoltarea proceselor cognitive;
- R17. Formulează situații de instruire care să modeleze manifestări socio-afective în practicarea exercițiilor fizice;
- R18. Gestionează relațiile interumane în contextul practicării exercițiilor fizice;
- R19. Caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite;
- R20. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de obiectivele de instruire urmărite;
- R21. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse;
- R22. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților;
- R23. Alege variante de predare adecvate contextului educațional;
- R24. Adaptează metodele de predare în funcție de particularitățile practicanților exercițiilor fizice;
- R25. Ilustrează activitățile sportive dintr-un club, asociație sau instituție;
- R26. Elaborează materiale educaționale despre beneficiile exercițiilor fizice și modalitățile eficiente de organizare a acestora;
- R27. Utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională;
- R28. Gestionează infrastructura sportivă și resursele necesare pentru desfășurarea activităților;
- R29. Selectează și respectă prevederi legislative privind activitatea profesională;
- R30. Argumentează nevoia de implicare activă a elevilor/studentilor în timpul instruirii, utilizând metode interactive și participative;
- R31. Alege strategii de gestionare a comportamentului elevilor, menținând disciplina și un mediu de învățare sigur și productiv;

- R32. Utilizează strategii eficiente de gestionare a comportamentului, promovând respectul reciproc și disciplina în rândul elevilor și studenților;
- R33. Argumentează și participă activ la întâlniri și discuții cu conducerea instituțiilor de învățământ și echipa didactică de sprijin, contribuind la elaborarea și implementarea planurilor de acțiune pentru îmbunătățirea stării de bine și a performanței academice a elevilor și studenților;
- R34. Gestionează și monitorizează progresul elevilor și studenților în realizarea temelor pentru acasă, oferind feedback constructiv și sprijin suplimentar atunci când este necesar pentru a îmbunătăți performanța academică;
- R35. Adaptează și planifică un calendar pentru pregătirea cursului, integrând termenele și activitățile necesare pentru a atinge obiectivele educaționale stabilite;
- R36. Realizează un diagnostic al nevoilor educaționale ale elevilor și studenților, urmărind progresele, punctele forte și punctele slabe ale acestora pentru a oferi sprijin personalizat;
- R37. Stabilește dacă toți elevii și studenții care se află sub îndrumarea unui instructor sau sub supravegherea altei persoane sunt în siguranță și sunt prezenți, monitorizând constant situația și intervenind prompt în caz de necesitate;
- R38. Utilizează exemple practice și ilustrative în timpul activităților didactice, demonstrând cum cunoștințele teoretice pot fi aplicate în situații reale, pentru a îmbunătăți procesul de învățare al elevilor și studenților;
- R39. Gestionează rezolvarea problemelor comportamentale ale elevilor și studenților, oferind sprijin și soluții adecvate pentru a îmbunătăți interacțiunile sociale și mediul de învățare;
- R40. Alege să se mențină la curent cu noile cercetări și reglementări din domeniul lor de specializare, aplicând aceste cunoștințe pentru a îmbunătăți practicile profesionale și pentru a răspunde cerințelor pieței muncii;
- R41. Alege mijloace de promovare a unui mediu de învățare bazat pe respect reciproc și colaborare, acționând ca o autoritate echitabilă;
- R42. Adoptă un mediu de antrenament care încurajează sportivii să își asume provocări și să își dezvolte abilitățile, oferind feedback constructiv și recunoaștere pentru realizările lor;
- R43. Elaborează strategii de monitorizare continuă a progresului școlar, asigurându-se că fiecare elev și student primește suportul necesar pentru a-și atinge obiectivele academice;

- R44. Gestionează constant progresele academice ale elevilor și studenților, utilizând metode de evaluare formative și sumative pentru a identifica realizările și nevoile acestora;
- R45. Gestionează și ajustează în timp real activitățile pentru a răspunde nevoilor participanților, asigurându-se că obiectivele de învățare sunt atinse într-un mod eficient și organizat;
- R46. Planifică și gestionează în mod autonom etapele procesului de cercetare științifică, de la formularea ipotezelor până la interpretarea rezultatelor și redactarea concluziilor;
- R47. Adoptă o atitudine critică și reflexivă în evaluarea surselor de informație, asigurând validitatea și relevanța acestora în contextul temei de cercetare.

### 3. Ocupații care pot fi practicate pe piața muncii

- Profesor de educație fizică și sport în învățământul secundar / Profesoară de educație fizică și sport în învățământul secundar – Cod ESCO 2330.1.15

### 4. Asigurarea traseelor flexibile de învățare în cadrul programului de studii

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin discipline opționale, discipline facultative și discipline complementare.

**Disciplinele la alegere (opționale)** sunt propuse pentru semestrele 3, 4, 5, 6 și sunt grupate în **pachete opționale**, care completează traseul de specializare a studentului. La începutul fiecărui an universitar, studentul își alege traseul de specializare, selectând câte o **disciplină** din fiecare pachet opțional disponibil. În total există **6 pachete opționale**, organizate astfel:

**Pachetul 1:** Schi alpin / Snowboarding

**Pachetul 2:** Gimnastică aerobică / Educație prin aventură

**Pachetul 3:** Tenis de câmp / Rugby Tag / Patinaj pe rotile

**Pachetul 4:** Box / Arte marțiale

**Pachetul 5:** Managementul aplicat în știința sportului și educației fizice / Comunicare în știința sportului și educației fizice

**Pachetul 6:** Activități motrice adaptate pe grupe de vârstă / Activități motrice adaptate pentru persoanele cu nevoi speciale

Astfel, traseul de specializare al fiecărui student este construit în mod personalizat, în funcție de opțiunile alese din aceste pachete.

**Disciplinele facultative** sunt propuse pentru semestrele 1-6 de către Departamentul Educație Fizică și Sportivă, care gestionează programul de studii, dar pot fi alese și din pachetele oferite de alte facultăți ale UVT. Studenții au la dispoziție un număr de 10 discipline facultative, organizate pe ani de studiu. Pentru anul I sunt prevăzute disciplinele **Voluntariat I și Voluntariat II**. În anul II pot fi alese disciplinele **Voluntariat III, Voluntariat IV, Competențe de antreprenoriat – aplicații practice și Psihologia sportului**. În anul III sunt incluse disciplinele **Voluntariat V, Voluntariat VI, Limbă străină și Metodica antrenamentului pe ramură de sport**, care oferă posibilitatea de a opta pentru una dintre specializările: Arte marțiale, Atletism, Baschet, Box, Fotbal, Gimnastică, Handbal, Natație, Judo, Lupte, Schi, Tenis de câmp sau Volei. Studentul are posibilitatea de a alege oricare dintre disciplinele disponibile în planul de învățământ.

La Universitatea de Vest din Timișoara, toate planurile de învățământ ale programelor de studii universitare de licență au prevăzute în mod obligatoriu câte o **disciplină complementară care formează competențe transversale**, în fiecare dintre semestrele 3, 4 și 5, pe care studenții le aleg dintr-o ofertă anuală de peste 160 de discipline din domenii diferite decât cel în care

studiază (oferta de discipline complementare care generează competențe transversale pentru studenții de la programele de studii universitare de licență de la UVT poate fi consultată pe platforma [www.dct.uvt.ro](http://www.dct.uvt.ro)). De asemenea, toate planurile de învățământ ale programelor de studii universitare de licență conțin cu statut obligatoriu și disciplina *Educație fizică*, pe o durată de patru semestre, studenții având posibilitatea de a opta pentru o gamă largă de discipline sportive în fiecare semestru.

În conformitate cu prevederile *Regulamentului privind inițierea, elaborarea, monitorizarea și revizuirea periodică a programelor și domeniilor de studii universitare din Universitatea de Vest din Timișoara și a planurilor de învățământ aferente acestora*, pentru ca studenții să poată beneficia de **credite pentru activități de voluntariat** în baza prevederilor Legii învățământului superior nr. 199/2023, cu modificările și completările ulterioare (articolul 127, alineatul (9)), disciplina Voluntariat este disponibilă în fiecare semestru în planurile de învățământ ale tuturor programelor de studii universitare de licență și de masterat, cu statut de disciplină facultativă, cu un număr de 2 credite ECTS.

## 5. Activitatea profesională și evaluarea studenților

Drepturile, obligațiile și condițiile desfășurării activității profesionale a studenților la Universitatea de Vest din Timișoara sunt reglementate prin *Codul drepturilor și obligațiilor studentului și Regulamentul privind activitatea profesională a studenților de la ciclurile de studii universitare de licență și de masterat din UVT*, aprobat de Senatul UVT.

Metodele de evaluare/examinare pentru fiecare disciplină din planul de învățământ se stabilesc prin fișele disciplinelor.

## 6. Examenul de finalizare a studiilor

În conformitate cu *Regulamentul privind organizarea și desfășurarea examenelor de finalizare a studiilor universitare de licență și de masterat la Universitatea de Vest din Timișoara*, aprobat de Senatul UVT, examenul de finalizare a studiilor universitare de licență la orice program de studii universitare de licență organizat la UVT constă din două probe:

- proba 1 de evaluare a cunoștințelor fundamentale și de specialitate: **5 credite**;
- proba 2 de elaborare și susținere a rezultatelor lucrării de licență: **5 credite**.

Tematica și bibliografia corespunzătoare probelor examenului de finalizare a studiilor se publică pe site-ul propriu al fiecărei facultăți și/sau pe site-ul UVT înainte de începutul fiecărui an universitar.

Înscrierea la examenul de finalizare a studiilor este condiționată de alegerea de către student a temei lucrării de finalizare a studiilor în cel mult 60 de zile de la începutul anului universitar al anului de studii terminal.

Depunerea variantei finale a lucrării de finalizare a studiilor pe platforma de e-learning se face cu cel puțin 5 zile lucrătoare înainte de data programată pentru începerea examenului.

Fiecare lucrare de finalizare a studiilor va fi însoțită, în momentul depunerii, de *Raportul de similitudine* rezultat ca urmare a verificării originalității lucrării de finalizare a studiilor universitare printr-un soft specializat, pe platforma de e-learning a UVT.

Conform structurii anului universitar, la UVT examenele de finalizare a studiilor universitare se pot organiza în 3 sesiuni, de regulă în lunile iulie, septembrie și februarie.

#### **Proba 1 – de evaluare a cunoștințelor fundamentale și de specialitate**

Pentru programul de studii Educație fizică și sportivă (formă de învățământ cu frecvență), proba 1 se susține din următoarele discipline fundamentale și de specialitate: Teoria și metodică educației fizice și sportului, Atletism, Gimnastică, Joc sportiv la alegere dintre Baschet, Handbal, Fotbal, Volei.

Proba 1 este probă orală și constă dintr-un set de subiecte care conțin întrebări aferente disciplinelor fundamentale și de specialitate mai sus menționate. Cadrele didactice titulare împreună cu membrii comisiilor stabilesc subiectele de licență conform bibliografiei indicate în prezentul regulament, verifică corectitudinea redactării subiectelor și le predau secretarilor pe comisii.

**Proba 2 – de prezentare și de susținere a lucrării de licență** este probă orală. Prezentarea și susținerea lucrării de licență sunt publice. Participarea studentului la proba 2 a examenului de finalizare a studiilor universitare de licență este condiționată de promovarea probei 1 a acestuia. După prezentarea și susținerea lucrării de licență, membrii comisiei au dreptul și trebuie să adreseze întrebări edificatoare referitoare la tema prezentată.

Cele două probe se desfășoară în prezența, în același loc și în același moment, a comisiei pentru examen și a examinatului. Notele acordate de membrii comisiei pentru examen pentru fiecare dintre probe sunt numere întregi de la 1 la 10. Media unei probe, calculată ca medie aritmetică a notelor acordate exclusiv de către membrii comisiei pentru examen, se determină cu două zecimale, fără rotunjire. Nota/Media de promovare pentru fiecare probă a examenului de finalizare a studiilor universitare trebuie să fie cel puțin 5,00. Media finală a examenului de licență se calculează cu două zecimale, fără rotunjire, ca medie aritmetică a celor două probe. Media de promovare a examenului de finalizare a studiilor universitare trebuie să fie cel puțin 6,00.

## **7. Pregătirea pentru profesia didactică (dacă este cazul)**

Studentii care doresc să opteze și pentru o carieră didactică în învățământul preuniversitar trebuie să parcurgă (complementar prezentului program de studii) și să finalizeze *Programul de formare psihopedagogică în vederea certificării competențelor pentru profesia didactică* și să obțină Certificatul de absolvire a acestui program. În Universitatea de Vest din Timișoara acest program este organizat prin intermediul Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic (DPPD) și poate fi urmat în paralel cu studiile universitare sau în regim postuniversitar. Pentru mai multe informații, accesați linkul: <https://dppd.uvt.ro>.

## LISTA DISCIPLINELOR STUDIATE, GRUPATE PE ANI ȘI SEMESTRE DE STUDII

### Anul de studii I

An universitar 2025-2026

| Nr. crt. | Disciplina                                                 | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |   |                  | Semestrul II            |   |   |   |                  |
|----------|------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|---|------------------|-------------------------|---|---|---|------------------|
|          |                                                            |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite |
|          |                                                            |    |     |                | C                       | S | L | P |                  | C                       | S | L | P |                  |
| 1.       | Gimnastică - teorie și practică                            | DF | DOB | EFS1101        | 2                       |   | 2 |   | 5                |                         |   |   |   |                  |
| 2.       | Atletism - teorie și practică                              | DF | DOB | EFS1102        | 2                       |   | 2 |   | 5                |                         |   |   |   |                  |
| 3.       | Volei - fundamentele jocului sportiv                       | DS | DOB | EFS1103        | 1                       |   | 2 |   | 4                |                         |   |   |   |                  |
| 4.       | Educație pentru sănătate și prim ajutor                    | DF | DOB | EFS1104        | 2                       | 2 |   |   | 5                |                         |   |   |   |                  |
| 5.       | Anatomie funcțională                                       | DF | DOB | EFS1105        | 2                       | 2 |   |   | 5                |                         |   |   |   |                  |
| 6.       | Istoria educației fizice și sportului                      | DS | DOB | EFS1106        | 1                       | 1 |   |   | 3                |                         |   |   |   |                  |
| 7.       | Limba străină I (Engleză / Franceză / Italiană / Spaniolă) | DC | DOP | EFS1107        |                         | 2 |   |   | 2                |                         |   |   |   |                  |
| 8.       | Consiliere profesională și orientare în carieră            | DC | DOB | EFS1108        |                         | 1 |   |   | 1                |                         |   |   |   |                  |
| 9.       | Etică și integritate academică                             | DC | DOB | EFS1109        | 1                       |   |   |   | 1                |                         |   |   |   |                  |
| 10.      | Teoria și metodică educației fizice și sportului           | DF | DOB | EFS1210        |                         |   |   |   |                  | 2                       | 2 |   |   | 4                |
| 11.      | Schi alpin - teorie și practică                            | DS | DOB | EFS1211        |                         |   |   |   |                  | 1                       |   | 3 |   | 5                |
| 12.      | Fotbal - fundamentele jocului sportiv                      | DS | DOB |                |                         |   |   |   |                  |                         |   |   |   |                  |

| Nr. crt.                         | Disciplina                                                  | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |   | Număr de credite | Semestrul II |   |    |   |    |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|---|------------------|--------------|---|----|---|----|
|                                  |                                                             |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |   |                  | C            | S | L  | P |    |
|                                  |                                                             |    |     |                | C                       | S | L | P |                  |              |   |    |   |    |
| 18.                              | Limba străină II (Engleză / Franceză / Italiană / Spaniolă) | DC | DOP | EFS1218        |                         |   |   |   |                  |              | 2 |    |   | 2  |
| Total                            |                                                             |    |     |                | 11                      | 8 | 6 | 0 | 31               | 6            | 5 | 13 | 0 | 30 |
| Total ore didactice pe săptămână |                                                             |    |     |                | 25                      |   |   |   |                  | 24           |   |    |   |    |

| Discipline facultative |                |    |     |                |                         |   |   |           |                  |                         |   |   |           |                  |
|------------------------|----------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|-----------|------------------|-------------------------|---|---|-----------|------------------|
| Nr. crt.               | Disciplina     | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |           |                  | Semestrul II            |   |   |           |                  |
|                        |                |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |           | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |           | Număr de credite |
|                        |                |    |     |                | C                       | S | L | P         |                  | C                       | S | L | P         |                  |
| 1.                     | Voluntariat I  | DC | DFA | EFS1161        |                         |   |   | 60 de ore | 2                |                         |   |   |           |                  |
| 2.                     | Voluntariat II | DC | DFA | EFS1262        |                         |   |   |           |                  |                         |   |   | 60 de ore | 2                |

## Anul de studii II

### An universitar 2026-2027

| Nr. crt. | Disciplina                              | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |   |                  | Semestrul II            |   |   |   |                  |
|----------|-----------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|---|------------------|-------------------------|---|---|---|------------------|
|          |                                         |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite |
|          |                                         |    |     |                | C                       | S | L | P |                  | C                       | S | L | P |                  |
| 1.       | Kinesiologie                            | DF | DOB | EFS2119        | 2                       | 2 |   |   | 4                |                         |   |   |   |                  |
| 2.       | Baschet - fundamentele jocului sportiv  | DS | DOB | EFS2120        | 1                       |   | 2 |   | 4                |                         |   |   |   |                  |
| 3.       | Gimnastică ritmică - teorie și practică | DS | DOB | EFS2121        | 1                       |   | 2 |   | 4                |                         |   |   |   |                  |
| 4.       | Fitness                                 | DS | DOB | EFS2122        | 1                       |   | 1 |   | 3                |                         |   |   |   |                  |
| 5.       | Înot - teorie și practică               | DS | DOB | EFS2123        | 2                       |   | 1 |   | 4                |                         |   |   |   |                  |

| Nr. crt.                         | Disciplina                                                                 | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |    |   | Număr de credite | Semestrul II            |   |    |   | Număr de credite |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|----|---|------------------|-------------------------|---|----|---|------------------|
|                                  |                                                                            |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |    |   |                  | Număr de ore/ săptămână |   |    |   |                  |
|                                  |                                                                            |    |     |                | C                       | S | L  | P |                  | C                       | S | L  | P |                  |
| 18.                              | Disciplină complementară opțională care formează competențe transversale I | DC | DOP | EFS2240        |                         |   |    |   |                  | 1                       | 1 |    |   | 2                |
| Total                            |                                                                            |    |     |                | 9                       | 5 | 11 | 0 | 30               | 6                       | 4 | 13 | 0 | 30               |
| Total ore didactice pe săptămână |                                                                            |    |     |                | 25                      |   |    |   |                  | 23                      |   |    |   |                  |

| Discipline facultative |                                                   |    |     |                |                         |   |   |           |   |                  |              |   |           |                         |                  |   |   |   |
|------------------------|---------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|-----------|---|------------------|--------------|---|-----------|-------------------------|------------------|---|---|---|
| Nr. crt.               | Disciplina                                        | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |           |   | Număr de credite | Semestrul II |   |           |                         | Număr de credite |   |   |   |
|                        |                                                   |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |           | C |                  | S            | L | P         | Număr de ore/ săptămână |                  |   |   |   |
|                        |                                                   |    |     |                | C                       | S | L | P         |   |                  |              |   |           | C                       |                  | S | L | P |
| 1.                     | Voluntariat III                                   | DC | DFA | EFS2163        |                         |   |   | 60 de ore | 2 |                  |              |   |           |                         |                  |   |   |   |
| 2.                     | Voluntariat IV                                    | DC | DFA | EFS2264        |                         |   |   |           |   |                  |              |   | 60 de ore | 2                       |                  |   |   |   |
| 3.                     | Competențe de antreprenariat – aplicații practice | DC | DFA | EFS2265        |                         |   |   |           |   |                  |              | 2 |           | 2                       |                  |   |   |   |
| 4.                     | Psihologia sportului                              | DC | DFA | EFS2266        |                         |   |   |           |   | 2                |              | 1 |           | 4                       |                  |   |   |   |

## Anul de studii III

### An universitar 2027-2028

| Nr. crt. | Disciplina                                                                  | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |   |                  | Semestrul II            |   |   |     |                  |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|---|------------------|-------------------------|---|---|-----|------------------|
|          |                                                                             |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |     | Număr de credite |
|          |                                                                             |    |     |                | C                       | S | L | P |                  | C                       | S | L | P   |                  |
| 1.       | Metodica predării handbalului în școală                                     | DS | DOB | EFS3141        | 1                       |   | 2 |   | 5                |                         |   |   |     |                  |
| 2.       | Metodica predării fotbalului în școală                                      | DS | DOB | EFS3142        | 1                       |   | 2 |   | 5                |                         |   |   |     |                  |
| 3.       | Metodica predării gimnasticii în școală                                     | DS | DOB | EFS3143        | 1                       |   | 2 |   | 5                |                         |   |   |     |                  |
| 4.       | Badminton                                                                   | DS | DOB | EFS3145        |                         |   | 2 |   | 3                |                         |   |   |     |                  |
| 5.       | Cercetări pentru elaborarea lucrării de licență                             | DS | DOB | EFS3146        | 2                       | 2 |   |   | 5                |                         |   |   |     |                  |
| 6.       | Stagiu de practică în unități de învățământ                                 | DS | DOB | EFS3147        |                         |   |   | 3 | 2                |                         |   |   |     |                  |
| 7.       | Pachet opțional 4 (1 din 2)                                                 |    |     |                |                         |   | 2 |   | 3                |                         |   |   |     |                  |
|          | Arte marțiale                                                               | DS | DOP | EFS3148        |                         |   |   |   |                  |                         |   |   |     |                  |
|          | Box                                                                         | DS | DOP | EFS3149        |                         |   |   |   |                  |                         |   |   |     |                  |
| 8.       | Disciplină complementară opțională care formează competențe transversale II | DC | DOP | EFS3150        | 1                       | 1 |   |   | 2                |                         |   |   |     |                  |
| 9.       | Elaborarea lucrării de licență                                              | DS | DOB | EFS3251        |                         |   |   |   |                  |                         | 2 |   | 32* | 2                |
| 10.      | Psihopedagogie                                                              | DF | DOB | EFS3252        |                         |   |   |   |                  | 2                       | 1 |   |     | 4                |
| 11.      | Metodica predării atletismului în școală                                    | DS | DOB | EFS3253        |                         |   |   |   |                  |                         |   |   |     |                  |

| Nr. crt.                                | Disciplina                                                      | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |    |   |                  | Semestrul II            |   |   |   |                  |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|----|---|------------------|-------------------------|---|---|---|------------------|
|                                         |                                                                 |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |    |   | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |   | Număr de credite |
|                                         |                                                                 |    |     |                | C                       | S | L  | P |                  | C                       | S | L | P |                  |
| 16.                                     | Pachet opțional 6 (1 din 2)                                     |    |     |                |                         |   |    |   |                  | 1                       |   | 2 |   | 4                |
|                                         | Activități motrice adaptate pe grupe de vârstă                  | DS | DOP | EFS3259        |                         |   |    |   |                  |                         |   |   |   |                  |
|                                         | Activități motrice adaptate pentru persoanele cu nevoi speciale | DS | DOP | EFS3260        |                         |   |    |   |                  |                         |   |   |   |                  |
| <b>Total</b>                            |                                                                 |    |     |                | 6                       | 3 | 10 | 3 | 30               | 9                       | 5 | 6 | 4 | 30               |
| <b>Total ore didactice pe săptămână</b> |                                                                 |    |     |                | 22                      |   |    |   | 30               | 24                      |   |   |   | 30               |

\*Număr de ore inegal repartizate pe parcursul semestrului.

| Discipline facultative |                                                                                                                                                                                |    |     |                |                         |   |   |           |                  |                         |   |   |           |                  |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|----------------|-------------------------|---|---|-----------|------------------|-------------------------|---|---|-----------|------------------|
| Nr. crt.               | Disciplina                                                                                                                                                                     | C1 | C2  | Cod disciplină | Semestrul I             |   |   |           |                  | Semestrul II            |   |   |           |                  |
|                        |                                                                                                                                                                                |    |     |                | Număr de ore/ săptămână |   |   |           | Număr de credite | Număr de ore/ săptămână |   |   |           | Număr de credite |
|                        |                                                                                                                                                                                |    |     |                | C                       | S | L | P         |                  | C                       | S | L | P         |                  |
| 1.                     | Limba străină V (Engleză / Franceză / Italiană / Spaniolă)                                                                                                                     | DC | DFA | EFS3167        |                         | 2 |   |           | 2                |                         |   |   |           |                  |
| 2.                     | Voluntariat V                                                                                                                                                                  | DC | DFA | EFS3168        |                         |   |   | 60 de ore | 2                |                         |   |   |           |                  |
| 3.                     | Metodica antrenamentului pe ramură de sport (Arte marțiale / Atletism / Baschet / Box / Fotbal / Gimnastică / Handbal / Natație / Judo / Lupte / Schi / Tenis de câmp / Volei) | DC | DFA | EFS3169        | 2                       |   | 2 |           | 5                | 2                       |   | 2 |           | 5                |
| 4.                     | Voluntariat VI                                                                                                                                                                 | DC | DFA | EFS3270        |                         |   |   |           |                  |                         |   |   | 60 de ore | 2                |

### Legendă

|            |                                                          |
|------------|----------------------------------------------------------|
| <b>C1</b>  | criteriul conținutului                                   |
| <b>C2</b>  | criteriul obligativității                                |
| <b>DF</b>  | discipline fundamentale                                  |
| <b>DS</b>  | discipline de specializare                               |
| <b>DC</b>  | discipline complementare                                 |
| <b>DOB</b> | discipline obligatorii (impuse)                          |
| <b>DOP</b> | discipline opționale (la alegere)                        |
| <b>DFA</b> | discipline facultative                                   |
| <b>CP</b>  | competență profesională                                  |
| <b>CT</b>  | competență transversală                                  |
| <b>C</b>   | activitate didactică de tip curs                         |
| <b>S</b>   | activitate didactică de tip seminar                      |
| <b>L</b>   | activitate didactică de tip laborator / lucrări practice |
| <b>P</b>   | activitate didactică de tip stagiu de practică           |

**Codul disciplinei:** < departament ><an><semestru><nr. disciplină>

## BILANȚ GENERAL I (după criteriul conținutului)

| Nr. crt. | Tip disciplină  | Număr total de ore |       |         |       |          |       |                            |       |       | % din total |
|----------|-----------------|--------------------|-------|---------|-------|----------|-------|----------------------------|-------|-------|-------------|
|          |                 | Anul I             |       | Anul II |       | Anul III |       | Întreg programul de studii |       |       |             |
|          |                 | Curs               | S/L/P | Curs    | S/L/P | Curs     | S/L/P | Curs                       | S/L/P | Total |             |
| 1.       | Fundamentale    | 140                | 140   | 56      | 42    | 24       | 12    | 220                        | 194   | 414   | 21,32%      |
| 2.       | De specializare | 84                 | 224   | 126     | 336   | 154      | 366   | 364                        | 926   | 1290  | 66,43%      |
| 3.       | Complementare   | 14                 | 84    | 28      | 84    | 14       | 14    | 56                         | 182   | 238   | 12,26%      |
| TOTAL    |                 | 238                | 448   | 210     | 462   | 192      | 392   | 640                        | 1302  | 1942  | 100%        |

## BILANȚ GENERAL II (după criteriul obligativității)

| Nr. crt.                                                    | Tip disciplină | Număr total de ore |       |         |       |          |       |                            |       |       |             | Prevedere standard specific ARACIS |
|-------------------------------------------------------------|----------------|--------------------|-------|---------|-------|----------|-------|----------------------------|-------|-------|-------------|------------------------------------|
|                                                             |                | Anul I             |       | Anul II |       | Anul III |       | Întreg programul de studii |       |       | % din total |                                    |
|                                                             |                | Curs               | S/L/P | Curs    | S/L/P | Curs     | S/L/P | Curs                       | S/L/P | Total |             |                                    |
| 1.                                                          | Obligatorie    | 238                | 392   | 182     | 294   | 142      | 314   | 562                        | 1000  | 1562  | 80,43%      | Max. 85%                           |
| 2.                                                          | Opțională      | 0                  | 56    | 28      | 168   | 50       | 78    | 78                         | 302   | 380   | 19,56%      | Min. 15%                           |
| TOTAL                                                       |                | 238                | 448   | 210     | 462   | 192      | 392   | 640                        | 1302  | 1942  | 100,00%     |                                    |
| 3.                                                          | Facultative    | 0                  | 120   | 28      | 162   | 52       | 200   | 80                         | 482   | 562   |             | Nu intră în calculul totalurilor   |
| Raport total ore de aplicare practică (S/L/P) / ore de curs |                |                    |       |         |       |          |       | 2,03                       |       |       |             |                                    |

Responsabil program de studii,  
Conf. univ. dr. Martin Petru DOMOKOS

Director de departament,  
Conf. univ. dr. Martin Petru DOMOKOS

Decan,  
Conf. univ. dr. Adrian Constantin NAGEL

Rector,  
prof. univ. dr. Marilen Gabriel PIRTEA

## CORELAREA DINTRE COMPETENȚE, REZULTATELE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII ȘI DISCIPLINELE STUDIATE

Corelarea rezultatelor așteptate ale învățării cu disciplinele studiate și corelarea rezultatelor așteptate ale învățării cu competențele-cheie, profesionale și transversale pot fi accesate [AICI](#).