

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2026-2027

Facultate:	Educație Fizică și Sport
Ciclul de studii universitare:	Licență
Denumirea programului de studii universitare de licență:	Educație fizică și sportivă – Sport și performanță motrică
Denumirea calificării¹ dobândită în urma absolvirii programului de studii:	Educație fizică și sportivă – Sport și performanță motrică
Nivelul calificării (conform CNC/CEC):	Nivel 6
Titlul acordat:	Licențiat în educație fizică și sport
Durata studiilor (în ani):	4
Numărul de credite (ECTS):	240
Forma de învățământ:	Învățământ cu frecvență
Limba de predare:	Română
Locația geografică de desfășurare a studiilor:	Timișoara
Încadrarea programului de studii în domenii de știință	
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 larg de studii (conform DL-ISCED F-2013):	Educație
Denumirea domeniului restrâns de studii (conform DR-ISCED F-2013):	Educație
Denumirea domeniului detaliat de studii (conform DDS-ISCED F-2013):	Formarea cadrelor didactice cu o specializare pe o anumită disciplină

¹ *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 studii²

Misiunea programului de studii universitare de licență **Educație fizică și sportivă – Sport și performanță motrică** constă în realizarea unei oferte formativ-educative integrate, fundamentate pe calitatea și experiența academică a cadrelor didactice titulare și asociate, precum și pe baza materială disponibilă în cadrul facultății, care să asigure formarea de specialiști cu dublă competență profesională în domeniul educației fizice și sportului, respectiv al sportului de performanță.

Procesul didactic se desfășoară pe baza sistemului european de credite transferabile (ECTS), pe parcursul a 4 ani de studii (240 ECTS), având la bază principiul formării, consolidării și aprofundării progresive a cunoștințelor și competențelor profesionale specifice ambelor specializări. Studenții au posibilitatea de a parcurge, în mod facultativ, programul/modulul de formare psihopedagogică, în vederea certificării competențelor necesare exercitării profesiilor didactice și de specialitate corespunzătoare domeniului.

² 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 se adresează absolvenților studiilor preuniversitare, precum și absolvenților altor programe universitare de licență interesați de formarea și completarea educațională în domeniul educației fizice, sportului și performanței motrice. Prin structura sa curriculară și prin conținuturile disciplinelor, programul asigură cadrul instituțional necesar dobândirii cunoștințelor, deprinderilor și competențelor profesionale care permit desfășurarea unui proces instructiv-educativ de calitate, atât în educația fizică școlară, cât și în selecția, orientarea și pregătirea sportivă de performanță, în conformitate cu standardele impuse de piața muncii.

Colaborările cu instituțiile de specialitate din domeniu oferă studenților acces la informații actuale și relevante, facilitând dobândirea de cunoștințe și abilități practice și crearea unei perspective largi asupra domeniului educației fizice și sportului. Totodată, studenții beneficiază de oportunități de mobilitate academică la universități din Uniunea Europeană și din afara acesteia, în cadrul programului ERASMUS+.

Activitatea de cercetare științifică reprezintă o componentă esențială a programului de studii, studenții având posibilitatea de a fi implicați, sub îndrumarea cadrelor didactice, în colective de cercetare cu direcții și teme precum: educația fizică în învățământul universitar și preuniversitar, sportul de performanță, sportul de timp liber, managementul activității sportive și orientarea relațională în marketingul sporturilor.

Prin ansamblul activităților didactice, de cercetare și colaborare academică, programul de studii urmărește:

- organizarea predării și a însușirii competențelor profesionale pentru formarea și perfecționarea resurselor umane înalt calificate, prin promovarea învățământului de excelență și racordarea acestuia la standardele actuale din domeniul educației și cercetării activității motrice;
- crearea, tezaurizarea și diseminarea valorilor culturii sportive;
- promovarea orientărilor metodologice moderne în domeniul educației fizice, sportului și performanței motrice;
- dezvoltarea gândirii critice și a potențialului creativ al membrilor comunității universitare;
- sincronizarea permanentă a programului de studii cu nevoile și cerințele pieței muncii;
- crearea unui mediu optim pentru desfășurarea și dezvoltarea activității de cercetare științifică și valorificarea rezultatelor acesteia prin publicarea de articole în revistele de specialitate ale facultății;
- promovarea și încurajarea performanței studenților în cercetarea științifică și activitatea sportivă, prin participarea la sesiuni științifice studențești și competiții sportive;
- dezvoltarea colaborărilor academice cu instituții similare din țară și din străinătate;
- promovarea interferențelor multiculturale, plurilingvistice și interconfesionale.

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

A. COMPETENȚE³

Competențe-cheie⁴:

1. competențele digitale;
2. competențele personale, sociale și de a învăța să înveți;
3. competențele multilingvistice;
4. competențele civice;
5. competențele de exprimare și conștientizare culturală.

Competențe profesionale⁵:

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 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;

³ *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.

⁴ *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.

⁵ *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.

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. Corectează mișcările cu potențial de vătămare - Recunoaște situațiile în care un participant efectuează o mișcare care ar putea fi vătămătoare pe termen scurt sau lung pentru organism. Răspunde prin instrucțiuni verbale și/sau demonstrații fizice pentru a asigura dobândirea competenței;
9. 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;
10. 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;
11. 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;
12. 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;
13. 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;
14. 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;
15. 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;
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 formative 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.
22. Adaptează strategia didactică la grupul țintă - Instruiește elevii și studenții în modul cel mai adecvat în ceea ce privește contextul predării sau grupa de vârstă, cum ar fi un context de predare oficial față de unul neprotocolar, precum și învățarea persoanelor de aceeași vârstă, comparativ cu copiii;
23. Structurează informația - Organizează informații utilizând metode sistematice, cum ar fi modele mentale și în conformitate cu anumite standarde, pentru a facilita prelucrarea informațiilor pentru utilizatori și înțelegerea în ceea ce privește cerințele și caracteristicile specifice mediilor de producție;
24. Evaluează studiile anterioare - Evaluează competențele, aptitudinile și cunoștințele profesionale ale candidaților cu ajutorul testelor, al interviurilor, al simulărilor și pe baza dovezilor studiilor anterioare în conformitate cu un standard sau o procedură predefinit(ă). Formulează enunțuri sumative privind competențele prezentate în comparație cu așteptările;
25. Monitorizează procesul de evaluare - Monitorizează procesul de evaluare la locul de muncă sau în context educațional;
26. Oferă sprijin la organizarea de evenimente școlare - Oferă asistență în planificarea și organizarea de evenimente școlare, cum ar fi ziua porților deschise la școală, un joc sportiv sau un spectacol de talente;
27. Elaborează planuri individuale de învățare - Întocmește, în colaborare cu studentul, un plan de învățare individual (ILP), adaptat la nevoile specifice de învățare ale studentului, ținând seama de punctele slabe și de punctele forte ale studentului;
28. Identifică talente – Identifică talente și le implică într-un anumit sport;

29. Identifică indicatorii unui elev sau student cu aptitudini și performanțe excepționale – Observă elevii în timpul instruirii și identifică semnele unei inteligențe excepțional de ridicate la un elev, cum ar fi demonstrarea unei curiozități remarcabile sau manifestarea unei neliniști din cauza plictiselii sau a senzației că nu este stimulat;
30. Monitorizează dezvoltarea fizică a copiilor – Recunoașterea și descrierea dezvoltării observând următoarele criterii: greutate, lungime și mărimea capului, cerințe nutriționale, funcție renală, influențe hormonale asupra dezvoltării, reacții la stres și infecție;
31. Urmează tendințele de pe piața echipamentelor sportive – Urmează evoluțiile și tendințele semnificative în cadrul unui anumit sport. Este la curent cu privire la sportivi, la producătorii de haine și de echipamente;
32. Oferă sprijin elevilor și studenților în legătură cu utilizarea de echipamente specifice – Oferă asistență elevilor și studenților în lucrul cu echipamente (tehnice) utilizate în cadrul lecțiilor practice și, atunci când este necesar, soluționează problemele operaționale;
33. Pregătește tinerii pentru viața adultă – Lucrează cu copiii și tinerii pentru a identifica abilitățile și competențele de care vor avea nevoie în tranziția lor, pentru a deveni adulți independenți și autosuficienți.
34. Comunică cu tinerii – Utilizează comunicarea verbală și non-verbală și comunică prin scris, prin mijloace electronice sau prin desen. Își adaptează comunicarea la vârsta, nevoile, caracteristicile, abilitățile, preferințele și cultura copiilor și a persoanelor tinere.
35. Aplică cunoștințe despre comportamentul uman – Aplică principii legate de comportamentul de grup, tendințele în societate și influența dinamicii societale.
36. Adaptează sesiunile de formare la piața muncii – Identifică evoluțiile de pe piața muncii și recunoaște relevanța acestora pentru formarea studenților.
37. Supervizează activități extracurriculare – Supraveghează și, eventual, organizează activități educaționale sau recreative pentru studenți în afara orelor obligatorii.
38. Coordonează programe educaționale – Planifică și coordonează programe educaționale și de informare publică, cum ar fi atelierele, turneele, conferințele și cursurile.
39. Încurajează elevii și studenții să aprecieze propriile realizări – Stimulează studenții să își aprecieze propriile realizări și încurajează acțiunile de cultivare a încrederii și dezvoltarea educațională.
40. Demonstrează inteligență emoțională – Recunoaște emoțiile proprii și ale altora, distinge între acestea în mod corect și observă modul în care acestea pot influența mediul și interacțiunea socială, precum și ceea ce se poate face în acest sens.
41. Ține cont de situația personală a elevului – Ia în considerare antecedentele personale ale elevilor în procesul de predare, dând dovadă de empatie și respect.
42. Gestionează dezvoltarea profesională personală – Își asumă responsabilitatea pentru învățarea pe tot parcursul vieții și dezvoltarea profesională continuă. Se implică în activități de învățare pentru a sprijini și actualiza competențele profesionale. Identifică

domeniile prioritare pentru dezvoltarea profesională pe baza unei reflecții cu privire la propria practică și prin contactul cu omologii și cu părțile interesate.

43. Dezvoltă rețele profesionale – Contactează și se întâlnește cu oamenii în context profesional. Găsește un subiect comun și își folosește persoanele de contact pentru obținerea de avantaje reciproce. Ține evidența oamenilor din rețeaua profesională proprie și rămâne informat/ă cu privire la activitățile lor.
44. Utilizează strategii pedagogice pentru creativitate – Comunică cu alte persoane cu privire la conceperea și facilitarea proceselor creative prin utilizarea unei serii de sarcini și activități adecvate pentru grupul-țintă.
45. Desfășoară activități educaționale – Planifică, desfășoară și supraveghează activități educaționale pentru o varietate de categorii de public, cum ar fi școlarii, studenții, grupurile specializate sau publicul.
46. Prezintă rapoarte – Prezintă rezultate, statistici și concluzii în fața unui public într-un mod transparent și simplu.

Competențe transversale⁶:

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;
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 urmărește 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 – Ține pasul cu noile cercetări, reglementări și alte modificări semnificative legate de piața muncii sau de alte aspecte, care au loc în domeniul de specializare;
6. Identifică nevoi de formare – Analizează problemele de formare și identifică cerințele de formare ale unei organizații sau ale unor persoane, astfel încât să le ofere acestora o

⁶ *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.

instruire adaptată la competențele dobândite anterior, la profilul, la mijloacele și la problemele acestora;

7. Întărește comportamentul pozitiv – Întărește comportamentul pozitiv al oamenilor în timpul activităților de reabilitare și consiliere, pentru a se asigura că persoana ia măsurile necesare pentru a obține rezultate pozitive într-un mod pozitiv, astfel încât să rămână încurajate să-și continue eforturile și să atingă obiectivele.
8. Consemnează absențele în catalog – Ține evidența elevilor absenți trecându-le numele pe o listă a celor absenți.
9. Gestionează resursele utilizate în scopuri educaționale – Identifică resursele necesare pentru învățare, cum ar fi materialele din clasă sau transportul organizat pentru o călătorie pe tren. Solicită bugetul corespunzător și urmărește comenzile.
10. Oferă educație pentru sănătate – Furnizează strategii bazate pe dovezi pentru a promova o viață sănătoasă, prevenirea și gestionarea bolilor.
11. Oferă sprijin la organizarea de evenimente școlare – Oferă asistență în planificarea și organizarea de evenimente școlare, cum ar fi ziua porților deschise la școală, un joc sportiv sau spectacol de talente.
12. Însușește elevii și studenții în excursii didactice – Însușește elevii în excursii didactice în afara mediului școlar și asigură și cooperarea lor.
13. Promovează beneficiile lucrului în echipă în rândul elevilor și studenților – Încurajează elevii și studenții să coopereze cu alte persoane în procesul de învățare, lucrând în echipe, de exemplu, prin intermediul activităților de grup.

B. REZULTATE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII⁷

a) **Cunoștințe**⁸ - 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**:

Studentul/Absolventul:

- 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;

⁷ *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.

⁸ *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.

- 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 somatofuncțională, 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;
- 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 să verifice 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 ale 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 eficientă 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;
- C24. Cunoaște tehnici de feedback constructiv care pot schimba comportamentul în sens pozitiv;
- C25. Utilizează metode și instrumente de evaluare a competențelor, performanțelor sau progresului în procesul de instruire;
- C26. Cunoaște elementele logistice, administrative și de comunicare implicate în coordonarea unui eveniment școlar;
- C27. Cunoaște metode și tehnici privind organizarea, clasificarea și standardizarea informațiilor.
- C28. Cunoaște principalele calități motrice, somato-funcționale și coordinative specifice diferitelor ramuri sportive și aplică criterii, metode și instrumente de evaluare pentru a le identifica, analiza și corela în rândul copiilor și tinerilor, în vederea orientării și selecției acestora către practicarea sportului adecvat;
- C29. Înțelege principiile fundamentale ale biomecanicii mișcării și ale ergogenezei specifice diferitelor ramuri sportive și utilizează aceste cunoștințe pentru a îndruma elevii sau studenții către diferite ramuri sportive;
- C30. Înțelege particularitățile comportamentale ale elevilor sau studenților în diferite contexte educaționale și de instruire sportivă și recunoaște necesitatea intervenției pedagogice diferențiate;
- C31. Definește principalele concepte și indicatori ai dezvoltării fizice la copii, incluzând parametrii antropometrici și somato-funcționali;

- C32. Cunoaște evoluțiile, tendințele și inovațiile majore de pe piața echipamentelor și îmbrăcămintei sportive, precum și principalele branduri, producători și sportivi relevanți pentru diferite ramuri sportive;
- C33. Definește conceptele esențiale asociate tehnologiilor materialelor, funcționalității, siguranței și sustenabilității echipamentelor sportive, raportate la cerințele specifice ale practicării fiecărui sport;
- C34. Înțelege principiile de funcționare, regulile de utilizare și cerințele de siguranță ale echipamentelor tehnice și sportive utilizate în lecțiile practice, precum și riscurile asociate utilizării necorespunzătoare a acestora;
- C35. Înțelege rolul activităților de educație fizică și sport în dezvoltarea competențelor de viață ale copiilor și tinerilor, precum autonomia personală, responsabilitatea, cooperarea, gestionarea efortului și adaptarea la situații noi;
- C36. Explică mecanismele prin care activitățile motrice, în diferite contexte sportive, contribuie la formarea abilităților necesare tranziției către viața adultă independentă și autosuficientă;
- C37. Cunoaște teoriile comunicării verbale și non-verbale adaptate grupurilor de vârstă tânără, înțelegând critic particularitățile de limbaj, culturale și de dezvoltare ale copiilor și tinerilor sportivi;
- C38. Demonstrează înțelegere critică a teoriilor comportamentului de grup, dinamicii sociale și influenței factorilor situaționali asupra conduitei sportivilor în antrenament și competiție;
- C39. Cunoaște și analizează critic tendințele actuale și emergente ale pieței muncii în domeniul sportului, antrenamentului și educației fizice la nivel național și european;
- C40. Cunoaște cadrul normativ și principiile pedagogice care reglementează organizarea și supravegherea activităților extracurriculare sportive și recreative în instituțiile de învățământ superior;
- C41. Demonstrează cunoaștere avansată a principiilor de planificare, management și evaluare a programelor educaționale sportive, inclusiv turnee, conferințe și ateliere de specialitate;
- C42. Cunoaște teoriile motivației și ale auto-eficacității, înțelegând critic mecanismele prin care recunoașterea realizărilor contribuie la dezvoltarea încrederii și a performanței sportive pe termen lung;
- C43. Cunoaște și interpretează critic teoriile inteligenței emoționale înțelegând rolul acestora în optimizarea relației antrenor–sportiv și a performanței în condiții de presiune competițională;
- C44. Analizează critic influența dinamicii emoționale a grupului asupra coeziunii echipei și a rezultatelor sportive, fundamentând strategii de intervenție psihopedagogică adecvate;
- C45. Cunoaște factorii de context personal, social și cultural care influențează parcursul de formare al sportivilor, înțelegând critic impactul acestora asupra motivației, comportamentului și performanței motrice;

- C46. Cunoaște cadrul european al dezvoltării profesionale continue în domeniul sportului și educației fizice, identificând critic domeniile prioritare de formare în raport cu evoluțiile din cercetare și practică;
- C47. Cunoaște principiile și mecanismele de construire și menținere a rețelelor profesionale în domeniul sportului, inclusiv rețele academice, federații sportive și parteneri instituționali europeni;
- C48. Cunoaște și interpretează critic teoriile creativității aplicate în educație și sport, înțelegând mecanismele prin care strategiile pedagogice inovative stimulează gândirea divergentă și rezolvarea creativă a problemelor motrice;
- C49. Cunoaște principiile avansate de planificare, desfășurare și evaluare a activităților educaționale adresate unor categorii diverse de public, de la studenți la grupuri specializate și publicul larg interesat de sport;
- C50. Cunoaște structura și standardele de elaborare și prezentare a rapoartelor de evaluare, analiză și cercetare în domeniul sportului și performanței motrice, în conformitate cu normele academice și profesionale.
- C51. Descrie procedura de consemnare a absențelor și importanța evidenței riguroase a prezenței elevilor în activitățile didactice.
- C52. Identifică tipurile de resurse educaționale necesare desfășurării activităților didactice și criteriile de selecție și alocare a acestora.
- C53. Descrie principalele strategii bazate pe dovezi pentru promovarea unui stil de viață sănătos și prevenirea bolilor în rândul populației școlare.
- C54. Identifică etapele de planificare și organizare a evenimentelor școlare și rolul cadrului didactic în coordonarea acestora.
- C55. Descrie normele de securitate, responsabilitățile legale și procedurile specifice organizării excursiilor didactice în afara mediului școlar.
- C56. Descrie principiile psihopedagogice care fundamentează lucrul în echipă și beneficiile cooperării în procesul de învățare.
- C57. Identifică reglementările instituționale privind gestionarea prezenței elevilor și consecințele pedagogice ale absenteismului.
- C58. Descrie metodele și instrumentele de evaluare a eficienței resurselor educaționale utilizate în activitățile didactice.

b) Abilități⁹ - 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**

⁹ *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.

pentru a rezolva probleme complexe și imprevizibile într-un domeniu de muncă sau de studiu specializat:

Studentul/Absolventul:

- 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;
- 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 formatoare 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.

- A41. Selectează, adaptează și aplică teste și probe de evaluare standardizate și specifice diferitelor ramuri sportive, în vederea determinării nivelului calităților motrice, pentru identificarea elevilor sau studenților cu abilități sporite;
- A42. Interpretează rezultatele obținute la evaluarea elevilor sau studenților orientându-i către ramurilor sportive adecvate;
- A43. Utilizează diverse metode și mijloace de captare a atenției stimulând implicarea activă, motivația și potențialul de performanță al elevilor sau studenților, inclusiv al celor cu aptitudini și capacități superioare;
- A44. Identifică factorii care pot diminua interesul elevilor sau studenților și adaptează conținutul lecției de educație fizică pentru menținerea implicării active;
- A45. Utilizează mijloace și metode de evaluare pentru măsurarea și monitorizarea indicatorilor dezvoltării fizice, interpretând rezultatele în raport cu etapele de vârstă și particularitățile individuale;
- A46. Proiectează lecția de educație fizică în raport cu nivelul de dezvoltare fizică a elevilor;
- A47. Utilizează informații actualizate despre echipamentele sportive pentru a selecta și recomanda materiale, îmbrăcăminte și accesorii adecvate nivelului de practică, vârstei și specificului disciplinei sportive;
- A48. Exemplifică modul în care evoluțiile tehnologice și tendințele din industria echipamentelor sportive influențează performanța, confortul, prevenirea accidentărilor și eficiența antrenamentului;
- A49. Caracterizează echipamentele sportive și tehnice utilizate în activitățile practice din educație fizică și sport, din perspectiva funcționalității, modului de utilizare, limitărilor tehnice și condițiilor de siguranță;
- A50. Selectează echipamentele adecvate tipului de activitate, nivelului de pregătire al elevilor sau studenților și obiectivelor lecției, asigurând condiții optime pentru desfășurarea activităților practice;
- A51. Proiectează activități și situații de învățare în educația fizică și sport care stimulează dezvoltarea abilităților de viață, precum asumarea responsabilității, luarea deciziilor, cooperarea și autoorganizarea.
- A52. Aplică canale de comunicare diverse (verbal, scris, electronic, vizual) adaptând mesajul la vârsta, nevoile și profilul cultural al sportivilor tineri în situații de antrenament și competiție;
- A53. Utilizează tehnici de comunicare non-verbală și feedback imediat pentru a regla dinamica grupului de sportivi tineri în timp real, în situații complexe de instruire;
- A54. Aplică principii ale psihologiei sociale și comportamentului de grup pentru a anticipa și gestiona situații complexe de interacțiune în echipele sportive;
- A55. Interpretează critic tendințele societale și influența mediului social asupra motivației și performanței sportive, integrând aceste cunoștințe în proiectarea sesiunilor de antrenament;

- A56. Proiectează și ajustează sesiuni de formare sportivă în funcție de cerințele actuale ale pieței muncii, integrând competențe transferabile relevante pentru cariera sportivilor și studenților;
- A57. Transferă critic informațiile despre piața muncii în activitatea de consiliere a studenților privind traiectoriile profesionale în domeniul sportului și performanței motrice;
- A58. Organizează și supraveghează activități extracurriculare sportive complexe, adaptând structura și obiectivele acestora la profilul și nevoile grupurilor de participanți;
- A59. Evaluează eficiența activităților extracurriculare supervizate și propune inovații metodologice pentru optimizarea experienței de învățare non-formale a studenților sportivi;
- A60. Planifică și coordonează programe educaționale complexe în domeniul sportului și performanței motrice, asigurând coerența obiectivelor, resurselor și rezultatelor așteptate;
- A61. Utilizează instrumente de management de proiect pentru a coordona eficient echipele implicate în organizarea programelor educaționale sportive, monitorizând progresul și ajustând planurile în timp real;
- A62. Aplică tehnici de feedback pozitiv și strategii de valorificare a succeselor individuale pentru a stimula încrederea în sine și motivația intrinsecă a sportivilor în procesul de formare;
- A63. Proiectează situații de învățare în care sportivii sunt puși în poziția de a-și evalua și celebra propriile progrese, dezvoltând astfel autonomia reflexivă și spiritul de inițiativă;
- A64. Recunoaște și gestionează emoțiile proprii și ale sportivilor în situații de stres competițional sau conflict interpersonal, adaptând intervențiile pentru menținerea unui climat pozitiv de antrenament;
- A65. Adaptează abordările pedagogice și intervențiile de antrenament la situația personală specifică a fiecărui sportiv, demonstrând empatie, flexibilitate și respect pentru diversitatea individuală;
- A66. Rezolvă situații complexe și imprevizibile generate de dificultăți personale ale sportivilor prin strategii de sprijin individualizat, menținând echilibrul între cerințele de performanță și bunăstarea individului;
- A67. Proiectează și implementează un plan personal de dezvoltare profesională continuă, selectând activități de formare relevante și evaluând critic impactul acestora asupra propriei practici de antrenor/profesor;
- A68. Construiește și activează rețele profesionale relevante pentru domeniul sportului și performanței motrice, utilizând contactele pentru schimb de bune practici, colaborări de cercetare și oportunități de dezvoltare instituțională;
- A69. Utilizează rețelele profesionale pentru a identifica și valorifica oportunități de finanțare, mobilitate și parteneriat în beneficiul studenților și al programelor de studiu din domeniul sportului;

- A70. Proiectează și facilitează situații de învățare care stimulează creativitatea motrică și tactică a sportivilor, utilizând sarcini și activități inovative adaptate grupului-țintă și obiectivelor de performanță;
- A71. Evaluează critic eficiența strategiilor pedagogice creative utilizate și inovează metodologia de predare-antrenament pe baza reflecției sistematice și a feedback-ului primit de la sportivi și colegi;
- A72. Planifică, desfășoară și evaluează activități educaționale complexe în domeniul sportului și performanței motrice, adaptând conținuturile și metodele la profilul specific al fiecărei categorii de participanți;
- A73. Supervizează și reglează în timp real desfășurarea activităților educaționale, rezolvând situații imprevizibile prin adaptarea creativă a metodelor și resurselor disponibile;
- A74. Elaborează și prezintă rapoarte de evaluare a performanței sportive, a programelor de antrenament sau a activităților educaționale în fața unor audiențe specializate sau generale, utilizând mijloace vizuale și statistice clare și relevante;
- A75. Adaptează stilul și nivelul de complexitate al prezentărilor la tipul de audiență, comunicând concluzii despre performanța sportivă sau eficiența programelor educaționale într-un mod accesibil și convingător.
- A76. Aplică proceduri sistematice de înregistrare și monitorizare a absențelor elevilor, asigurând acuratețea și actualizarea permanentă a evidențelor.
- A77. Identifică, solicită și gestionează resursele educaționale necesare activităților didactice, urmărind comenzile și respectând bugetul alocat.
- A78. Aplică strategii educaționale bazate pe dovezi pentru promovarea sănătății și prevenirea bolilor în rândul elevilor și studenților.
- A79. Planifică și coordonează evenimente școlare diverse, asigurând logistica necesară bunei desfășurări a acestora.
- A80. Organizează și coordonează excursii didactice, asigurând securitatea participanților și respectarea obiectivelor pedagogice propuse.
- A81. Proiectează și implementează activități de grup care stimulează cooperarea, comunicarea și dezvoltarea competențelor sociale ale elevilor.
- A82. Utilizează instrumente digitale și administrative pentru înregistrarea eficientă și raportarea corectă a prezenței elevilor.
- A83. Evaluează necesarul de resurse pentru activitățile didactice planificate și elaborează solicitări de buget argumentate și corecte.

c) Responsabilitate și autonomie¹⁰ - 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*

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

situații de muncă sau de studiu imprevizibile și asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și a grupurilor:

Studentul/Absolventul:

- 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;
- 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;
- R48. Ia decizii privind ajustarea demersului evaluativ atunci când sunt identificate neconformități;
- R49. Îndeplinește sarcinile alocate în cadrul echipei de organizare;
- R50. Evaluează constructiv acțiunile de organizare și contribuie cu feedback pozitiv pentru îmbunătățirea acestora;
- R51. Asigură acuratețea, claritatea și coerența informațiilor organizate;
- R52. Asigură modalitatea optimă de reprezentare a informației pentru eficientizarea înțelegerii acesteia;
- R53. Oferă sprijin elevilor sau studenților în îndrumarea acestora spre ramurile sportive în conformitate cu deprinderile, priceperile și calitățile motrice ale acestora;
- R54. Adoptă o atitudine pozitivă și responsabilă în lecție și acționează autonom pentru a sprijini implicarea și dezvoltarea potențialului elevilor sau studenților;
- R55. Adoptă o conduită profesională responsabilă și autonomă în monitorizarea dezvoltării fizice a copiilor, respectând principiile etice și de siguranță;
- R56. Oferă recomandări argumentate și autonome privind utilizarea echipamentelor sportive, ținând cont de criterii de siguranță, eficiență, sustenabilitate și accesibilitate, adaptate contextului educațional și nivelului de practică sportivă;
- R57. Organizează utilizarea, supravegherea și întreținerea echipamentelor sportive și tehnice în cadrul lecțiilor practice, intervenind autonom pentru prevenirea riscurilor și soluționarea problemelor, în conformitate cu normele de siguranță;
- R58. Adoptă o conduită profesională responsabilă și autonomă în sprijinirea copiilor și tinerilor pe parcursul procesului de formare pentru viața adultă, promovând independența, autosuficiența și integrarea socială prin activități educaționale și sportive adecvate.

- R59. Răspunde autonom de calitatea comunicării cu sportivii tineri, adaptând stilul comunicațional la contexte imprevizibile din activitatea sportivă;
- R60. Gestionează autonom situații imprevizibile generate de dinamica grupului, luând decizii de intervenție comportamentală în cadrul echipei;
- R61. Răspunde de actualizarea continuă a conținuturilor de formare în raport cu evoluțiile pieței muncii, luând decizii autonome privind relevanța și restructurarea programelor;
- R62. Gestionează autonom desfășurarea activităților extracurriculare, răspunzând de siguranța, coerența pedagogică și impactul formativ al acestora asupra studenților;
- R63. Coordonează cu responsabilitate și autonomie programe educaționale cu parteneri instituționali multipli, luând decizii în situații neprevăzute pentru asigurarea calității și continuității acestora;
- R64. Răspunde de climatul motivațional al grupului de sportivi, intervenind autonom și constructiv pentru a menține un mediu care valorizează progresul individual și colectiv;
- R65. Acționează autonom și responsabil în situații emoțional tensionate, asumând rolul de factor stabilizator în cadrul grupului și luând decizii care protejează bunăstarea psihologică a sportivilor;
- R66. Gestionează cu responsabilitate și discreție informațiile despre situația personală a sportivilor, luând decizii pedagogice individualizate care respectă demnitatea și autonomia persoanei;
- R67. Gestionează autonom și responsabil propriul traseu de dezvoltare profesională pe tot parcursul carierei, valorificând oportunitățile de formare și feedback-ul din practica profesională;
- R68. Reflectează critic și sistematic asupra propriei practici profesionale, răspunzând de îmbunătățirea continuă a competențelor și de alinierea la standardele naționale și internaționale din domeniu;
- R69. Gestionează autonom relațiile profesionale din rețeaua proprie, răspunzând de reciprocitatea și etica colaborărilor stabilite cu parteneri din mediul academic, sportiv și profesional;
- R70. Răspunde de crearea unui mediu pedagogic care valorizează inovația și creativitatea, luând decizii autonome privind integrarea strategiilor creative în programele de antrenament și formare;
- R71. Gestionează cu autonomie și responsabilitate întregul ciclu al activităților educaționale, de la proiectare la evaluarea impactului, răspunzând de calitatea și relevanța experiențelor de învățare oferite;
- R72. Răspunde de acuratețea, transparența și obiectivitatea rapoartelor prezentate, luând decizii autonome privind selecția datelor și interpretarea rezultatelor în contexte profesionale și academice.
- R73. Gestionează cu acuratețe și responsabilitate evidența absențelor, respectând reglementările instituționale și asigurând corectitudinea datelor înregistrate.

- R74. Gestionează resursele educaționale cu eficiență și responsabilitate, asigurând disponibilitatea materialelor necesare în conformitate cu obiectivele didactice.
- R75. Promovează activ comportamente sănătoase în rândul elevilor, asumându-și responsabilitatea față de calitatea și acuratețea informațiilor furnizate.
- R76. Coordonează organizarea evenimentelor școlare cu autonomie și spirit de inițiativă, asigurând colaborarea eficientă între toți actorii implicați.
- R77. Gestionează cu responsabilitate deplină însoțirea elevilor în excursii didactice, asigurând securitatea, disciplina și atingerea obiectivelor educaționale asumate.
- R78. Promovează și susține cultura lucrului în echipă în cadrul colectivului de elevi, asumându-și rolul de facilitator al unui climat educațional cooperant și incluziv.
- R79. Își asumă răspunderea pentru corectitudinea și transparența evidențelor școlare, contribuind la buna funcționare administrativă a instituției de învățământ.
- R80. Acționează autonom în identificarea și rezolvarea situațiilor neprevăzute apărute în cadrul activităților extrașcolare, asigurând siguranța și bunăstarea elevilor.

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
Alte ocupații pentru care programul de studii formează competențe:
- Profesor-antrenor – cod COR 235923

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 și 5, fiind grupate în patru **pachete opționale**, care completează traseul de specializare a studentului. Alegerea traseului se face de către student, înainte de începerea fiecărui an universitar. Astfel, studenții își pot personaliza traseul de învățare prin alegerea disciplinelor opționale din următoarele pachete:

Pachetul 1, semestrul 3, se alege o disciplină din două:

Sporturi de iarnă – Schi alpin

Sporturi de iarnă – Snowboard

Pachetul 2, semestrul 4, se alege o disciplină din două:

Gimnastică aerobică

Educație prin aventură

Pachetul 3, semestrul 4, se alege o disciplină din trei:

Tenis de câmp

Patinaj pe role

Rugby tag

Pachetul 4, semestrul 5, se alege o disciplină din două:

Box

Arte marțiale

Totodată, la **disciplina Limbă străină**, studenții optează pentru limba străină pe care doresc să o studieze: engleză, germană, franceză și italiană.

Disciplinele facultative sunt propuse pentru semestrele 1-6 de către Departamentul de Educație Fizică și Sportivă sau Facultatea de Educație Fizică și Sport, care gestionează programul de studii, dar pot fi alese și din pachetele oferite de alte facultăți ale UVT.

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).

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.

De asemenea, tot 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*, fiecare student UVT, atât pe parcursul ciclului de studii universitare de licență, cât și pe parcursul ciclului de studii universitare de masterat, va putea participa, cu caracter facultativ, la programe educaționale de scurtă durată (de exemplu, de tip „blended intensive programmes”, școli tematice etc.), organizate în regim fizic și/sau hibrid, de UVT, de instituții de învățământ superior partenere UVT din Spațiul European al Învățământului Superior (SEÎS) sau alte entități partenere UVT, beneficiind de credite de studii transferabile în urma parcurgerii cu succes a unui astfel de program. Finalizarea cu succes a acestor programe educaționale, creditele acumulate și competențele/rezultatele învățării dobândite de studenți (în măsura în care acestea sunt menționate într-un document justificativ emis de organizatorul programului) vor fi menționate în suplimentul la diplomă. Pentru a beneficia de aceste credite, studentul va depune la InfoCentrul studențesc dovada finalizării cu succes a programului, emisă de organizator, în termen de cel mult 10 zile lucrătoare de la finalizarea programului. Acordarea creditelor va fi avizată de o comisie formată din reprezentanți ai Secretariatului General UVT, numită prin Decizie a Rectorului UVT la începutul fiecărui an universitar.

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.

Forma și 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 universitare de licență cu dubla specializare Educație fizică și sportivă - Sport și performanță motrică, proba 1 se susține din următoarele discipline fundamentale și de specialitate: Teoria și metodică educației fizice și sportului, Bazele generale ale antrenamentului sportiv, 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 prezență, în același loc și în același moment, a comisiei pentru examen și a examenatului. 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 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.	Gimnastică - teorie și practică	DF	DOB	DES1101	2		2		5					
2.	Atletism - teorie și practică	DF	DOB	DES1102	2		2		5					
3.	Volei - fundamentele jocului sportiv	DS	DOB	DES1103	1		2		4					
4.	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	DOB	DES1104	2	2			5					
5.	Anatomie funcțională	DF	DOB	DES1105	2	2			5					
6.	Istoria educației fizice și sportului	DS	DOB	DES1106	1	1			3					
7.	Limba străină I (engleză, franceză, germană, italiană)	DC	DOP	DES1107		2			2					
8.	Consiliere profesională și orientare în carieră	DC	DOB	DES1108		1			1					
9.	Etică și integritate academică	DC	DOB	DES1109	1				1					
10.	Teoria și metodologia educației fizice și sportului	DF	DOB	DES1210						2	2			4
11.	Schi alpin - teorie și practică	DS	DOB	DES1211						1		3		5
12.	Fotbal - fundamentele jocului sportiv	DS	DOB	DES1212						1		2		4
13.	Gimnastică artistică	DS	DOB	DES1213								2		3
14.	Atletism	DS	DOB	DES1214								2		3
15.	Evaluare motrică și somato-funcțională	DS	DOB	DES1215						1		1		3
16.	Activități de turism - teorie și practică	DS	DOB	DES1216						1		3		5
17.	Scriere academică	DC	DOB	DES1217							1			1

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.	Limba străină II (engleză, franceză, germană, italiană)	DC	DOP	DES1218							2			2
19.	Introducere în utilizarea inteligenței artificiale generative (GenAI)	DC	DOB	DES1219						1				1
Total					11	8	6		30 + 1	7	5	13		30 + 1
Total ore didactice pe săptămână					25					25				

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 I	DC	DFA	DES1101F				60 de ore*	2									
2.	Sport de performanță I	DC	DFA	DES1102F				90 de ore*	3									
3.	Programe intensive mixte I	DC	DFA	DES1103F				90 de ore*	3									
4.	Voluntariat II	DC	DFA	DES1204F									60 de ore*	2				
5.	Sport de performanță II	DC	DFA	DES1205F									90 de ore*	3				
6.	Programe intensive mixte II	DC	DFA	DES1206F									90 de ore*	3				

***Numărul total de ore este aferent unui semestru.**

Anul de studii II

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.	Kinesiologie	DF	DOB	DES2101	2	2			4					
2.	Baschet - fundamentele jocului sportiv	DS	DOB	DES2102	1		2		4					
3.	Gimnastică ritmică - teorie și practică	DS	DOB	DES2103	1		2		4					
4.	Jocuri motrice	DS	DOB	DES2104	1		1		3					
5.	Înot - teorie și practică	DS	DOB	DES2105	2		1		4					
6.	Pachet opțional 1 (1 din 2)													
	Sporturi de iarnă - schi alpin	DS	DOP	DES21061			3		4					
	Sporturi de iarnă - snowboard	DS	DOP	DES21062										
7.	Pachet opțional 2 (1 din 2)													
	Gimnastică aerobică	DS	DOP	DES221063	1		2		3					
	Educație prin aventură	DS	DOP	DES22064										
8.	Limba străină III (engleză, franceză, germană, italiană)	DC	DOP	DES2108		2			2					
9.	Competențe de antreprenariat	DC	DOB	DES2109	1	1			2					
10.	Handbal - fundamentele jocului sportiv	DS	DOB	DES2210						1		2		4
11.	Înot - tehnica și metodică procedeelelor	DS	DOB	DES2211								2		3
12.	Practică de înot aplicativ și vâslit	DS	DOB	DES2212								3		4
13.	Fiziologie	DS	DOB	DES2107						2	1			4
14.	Sporturi de expresie - teorie și practică	DS	DOB	DES2214						1		2		4
15.	Metodica predării voleiului în școală	DS	DOB	DES2215						1		2		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		
16.	Pachet opțional 3 (1 din 3)														
	Tenis de câmp	DS	DOP	DES22161								2		3	
	Rugby Tag	DS	DOP	DES22162											
	Patinaj pe rotile	DS	DOP	DES22163											
17.	Limba străină IV (engleză, franceză, germană, italiană)	DC	DOP	DES2217							2			2	
18.	Disciplină complementară opțională care formează competențe transversale I	DC	DOP	DES2218							1	1			2
Total					9	5	11		30	6	4	13		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	DES2101F				60 de ore*	2									
2.	Sport de performanță III	DC	DFA	DES2102F				90 de ore*	3									
3.	Programe intensive mixte III	DC	DFA	DES2103F				90 de ore*	3									
4.	Voluntariat IV	DC	DFA	DES2204F									60 de ore*	2				
5.	Sport de performanță IV	DC	DFA	DES2205F									90 de ore*	3				
6.	Programe intensive mixte IV	DC	DFA	DES2206F									90 de ore*	3				
7.	Competențe de antreprenariat – aplicații practice	DC	DFA	DES2207F								2		2				

**Numărul total de ore este aferent unui semestru.*

Anul de studii III

An universitar 2028-2029

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	DES3101	1		2		4					
2.	Metodica predării fotbalului în școală	DS	DOB	DES3102	1		2		4					
3.	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	DOB	DES3103	1		2		4					
4.	Badminton	DS	DOB	DES3104			2		3					
5.	Fiziologia efortului sportiv	DS	DOB	DES3105	2	2			5					
6.	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	DOB	DES3106				3	2					
7.	Pachet opțional 4 (1 din 2)													
	Arte marțiale	DS	DOP	DES31071			2		3					
	Box	DS	DOP	DES31072										
8.	Disciplină complementară opțională care formează competențe transversale II	DC	DOP	DES3108	1	1			2					
9.	Fitness	DS	DOB	DES3216			2		3					
10.	Psihopedagogie	DF	DOB	DES3209						2	1			5
11.	Metodica predării atletismului în școală	DS	DOB	DES3210						1		2		4
12.	Metodica predării baschetului în școală	DS	DOB	DES3211						1		2		4
13.	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	DOB	DES3212									4	2
14.	Comunicare în știința sportului și educației fizice	DS	DOB	DES3213						2	1			5

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	
15.	Activități motrice adaptate pe grupe de vârstă	DS	DOB	DES3214						1		2		5
16.	Activități motrice adaptate pentru persoanele cu nevoi speciale	DS	DOB	DES3215						1		2		5
Total					6	3	12	3	30	8	2	8	4	30
Total ore didactice pe săptămână					24					22				

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	DES3101F		2			2					
2.	Voluntariat V	DC	DFA	DES3102F				60 de ore*	2					
3.	Sport de performanță V	DC	DFA	DES3103F				90 de ore	3					
5.	Limba străină VI (Engleză / Franceză / Italiană / Spaniolă)	DC	DFA	DES3204F							2			2
6.	Voluntariat VI	DC	DFA	DES3205F									60 de ore*	2
7.	Sport de performanță VI	DC	DFA	DES3206F									90 de ore	3

**Numărul total de ore este aferent unui semestru.*

Anul de studii IV

An universitar 2029-2030

Nr. crt.	Disciplina	C1	C2	Cod disciplin ă	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.	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	DS	DOB	DES4101	2	3			6					
2.	Metodica antrenamentului pe ramură de sport I (baschet, fotbal, handbal, volei, schi, înot, tenis de câmp, arte marțiale, dans)	DS	DOP	DES4102	2		2		5					
3.	Tehnici de monitorizare a performanței sportive	DS	DOB	DES4103	1		2		6					
4.	Cercetări pentru elaborarea lucrării de licență	DS	DOB	DES4104	2	2			5					
5.	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	DS	DOB	DES4105	1		2		6					
6.	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport	DS	DOB	DES4106				3	2					
7.	Psihologia sportului	DS	DOB	DES4208						1		2		5
8.	Elaborarea lucrării de licență	DS	DOB	DES4209							2		28*	2
9.	Echipamente, instalații și aparate folosite în sport	DS	DOB	DES4210						1	2			4
10.	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	DS	DOB	DES4211						1		2		4
11.	Metodica antrenamentului pe ramură de sport II (baschet, fotbal,	DS	DOP	DES4212						2		2		5

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	
	handbal, volei, schi, înot, tenis de câmp, arte marțiale, dans)													
12.	Stagiu de practică în structuri ale sportului	DS	DOB	DES4213									4	2
13.	Managementul aplicat în știința sportului și educației fizice	DS	DOB	DES4214						2	1			4
14.	Sociologia în știinta sportului și educației fizice	DS	DOB	DES4215						2	1			4
Total					8	5	6	3	30	9	6	6	6	30
Total ore didactice pe săptămână					22					27				

**Numărul total de ore este aferent unui semestru.*

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		
					C	S	L	P							
1.	Voluntariat VII	DC	DFA	DES4101F				60 de ore*	2						
2.	Sport de performanță VII	DC	DFA	DES4102F				90 de ore	3						
4.	Voluntariat VIII	DC	DFA	DES4203F									60 de ore*	2	
5.	Sport de performanță VIII	DC	DFA	DES4204F									90 de ore	3	

**Numărul total de ore este aferent unui semestru.*

Legendă

C1	criteriul conținutului
C2	criteriul obligativității
DF	discipline fundamentale
DS	discipline de specializare
DC	discipline complementare
DOB	discipline obligatorii (impuse)
DOP	discipline opționale (la alegere)
DFA	discipline facultative
CP	competență profesională
CT	competență transversală
C	activitate didactică de tip curs
S	activitate didactică de tip seminar
L	activitate didactică de tip laborator / lucrări practice
P	activitate didactică de tip stagiul 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		Anul IV		Întreg programul de studii			
		Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Total	
1.	Fundamentale	140	140	28	28	28	14	-	-	196	182	378	13,99%
2.	De specialitate	84	224	154	350	154	420	238	448	630	1442	2072	76,68%
3.	Complementare	28	84	28	84	14	14	-	-	70	182	252	9,33%
TOTAL		252	448	210	462	196	448	238	448	896	1806	2702	100,00%

BILANȚ GENERAL II

(după criteriul obligativității)

Nr. crt.	Tip disciplină	Număr total de ore											Prevedere standard specific ARACIS	
		Anul I		Anul II		Anul III		Anul IV		Întreg programul de studii				% din total
		Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Curs	S/L/P	Total		
1.	Obligatorie	252	392	182	294	182	406	182	392	798	1484	2282	84,46%	Min. 15% DOP
2.	Opțională	-	56	28	168	14	42	56	56	98	322	420	15,54%	
TOTAL		252	448	210	462	196	448	238	448	896	1806	2702	100,00%	
3.	Facultative	-	480	-	508	0	356	0	300	0	1644	1644	Nu intră în calculul totalurilor	
Raport total ore de aplicare practică (S/L/P) / ore de curs										2,02				

Responsabil program de studii,
Lect. univ. dr. Gabriel Costel ARNĂUTU

Director de departament,
Lect. univ. dr. Gabriel Costel ARNĂUTU

Decan,
Conf. univ. dr. Dan Ionuț PÎRJOL

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](#).