



UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ȘTIINȚĂ ȘI TEHNOLOGIE
POLITEHNICA BUCUREȘTI

Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică
Departamentul de Educație Fizică și Sport



**Înlănțuirea disciplinelor pentru definirea și delimitarea competențelor
dezvoltate în cadrul programului de studiu de Master
Activități Motrice Curriculare și Extracurriculare**

Competențe profesionale:

- C.1. aplică strategii de predare
- C.2. ajută elevii în învățarea lor
- C.3. corectează mișcările potențial dăunătoare
- C.4. oferă feedback constructiv
- C.5. adaptează predarea la capacitățile elevului
- C.6. evaluează elevii
- C.7. menține legătura cu personalul educațional
- C.8. monitorizează comportamentul elevului
- C.9. organizează instruirea
- C.10. pregătește conținutul lecției

Competențe transversale:

- C.T. 1. lucrează în echipe
- C.T. 2. își menține aptitudinile fizice



UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ȘTIINȚĂ ȘI TEHNOLOGIE POLITEHNICA BUCUREȘTI
CENTRUL UNIVERSITAR PITEȘTI
FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT



DISTRIBUIREA CREDITELOR PE COMPETENȚE

Categoriea disciplinei	Arii de conținut	Denumirea și obligativitatea disciplinei (O / A)		Nr. puncte de credit / competență											
				Profesionale										Transversale	
				C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	CT1	CT2
Discipline de aprofundare	Teoria și metodică sporturilor individuale	Atletism în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M1.O.05-01/6 PC	O		2				1				1	1	1
		Gimnastică în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M3.O.05-03/5 PC	O		1				1				1	1	1
		Gimnastica aerobică în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M4.O.05-07/6 PC	O		2				1				1	1	1
	Total PC teoria și metodică jocurilor sportive:17		17												
	Domenii auxiliare educației fizice	Istoria educației fizice și sportului/UPB.18.M3.O.05-01/6 PC	O		2			1		1				1	1
		Psihomotricitatea specifică activităților fizice/UPB.18.M4.O.05-06/4PC	O			1	1		1					1	
	Total PC Domenii auxiliare educației fizice:10		10												
	Teoria și Metodică jocurilor sportive	Handbal în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M1.O.05-02/6PC	O		2				1				1	1	1
		Volei în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M3.O.05-02/5 PC	O		1				1				1	1	1
		Baschet în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M2.O.05-07/6PC	O		2				1				1	1	1
		Fotbal în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M4.O.05-06/5 PC	O		1				1				1	1	1
	Total PC teoria și metodică jocurilor sportive:22		22												
	Managementul activităților de	Etică și integritate academică/UPB.18.M1.O.05-03/4 PC					1			1	1			1	

Categoria disciplinei	Arii de conținut	Denumirea și obligativitatea disciplinei (O / A)		Nr. puncte de credit / competență												
				Profesionale										Transversale		
				C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	CT1	CT2	
Discipline de sinteză	educatie fizica si sport	Aplicații practice în activitatea sportivă școlară/UPB.18.M1.O.05-04/2 PC		1				1								
		Aplicații practice în săli de fitness/UPB.18.M2.O.05-08/3 PC	O			1		1			1					
		Elaborarea lucrarii de disertație/UPB.18.M3.O.05-04/3 PC					1	1			1					
	Total PC managementul activitatilor de educatie fizica si sport:12		12													
	Teoria si metodica educatiei fizice si sportului	Aptitudini motrice la adolescenți/UPB.18.M4.O.05-05/5 PC				1			1		1			1	1	
		Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică/UPB.18.M2.O.05-05/5 PC		1			1					1		1	1	
		Metode și tehnici de cercetare în educație fizică școlară/UPB.18.M2.O.05-06/6 PC					1		1		2			1	1	
	Total PC teoria si metodica educatiei fizice si sportului:16		16													
	Total PC discipline de aprofundare:77		77													
	Managementul activitatilor de educatie fizica si sport	Antrenament și competiție la copii și juniori/UPB.18.M1.A.05-01/6PC	A	2					1					1	1	1
		Organizarea și conducerea competițiilor sportive școlare / UPB.18.M1.A.05-02/ 6 PC														
		Strategii de pregătire a echipelor reprezentative școlare/UPB.18.M2.A.05-05/5PC	A	1					1				1		1	1
		Diagnoza și prognoza competițiilor sportive școlare/UPB.18.M2.A.05-08/5PC	A													
		Strategii didactice specifice activităților extracurriculare/UPB.18.M3.A.05-02/6PC	A	2					1				1		1	1
	Total PC managementul activitatilor de educatie fizica si sport:		17													
	Teoria si Metodica sporturilor individuale	Dansul în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M3.A.05-01/6 PC	A													
		Natație în învățământul liceal și postliceal/UPB.18.M4.A.05-05/5 PC	A		1					1				1	1	1

Categoriea disciplinei	Arii de conținut	Denumirea și obligativitatea disciplinei (O / A)		Nr. puncte de credit / competență											
				Profesionale										Transversale	
				C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	CT1	CT2
		Promovarea examenului de disertație /UPB.18.M4.L.05-85/10PC	L												
	Total PC domenii auxiliare educației fizice														
	Total PC pe competente			8	15	4	7	8	12	4	8	5	9	21	19
		Total general PC: 120	120												

Distribuția punctelor de credit pe discipline și competențe

Categoriea disciplinei	Nr. puncte de credit / competență												
	Profesionale										Transversale		Total
	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	CT1	CT2	
Discipline de aprofundare	2	13	3	5	4	10	2	6	1	7	13	11	77
Discipline de sinteză	6	2	1	2	4	2	2	2	4	2	8	8	43
Total PC	8	15	4	7	8	12	4	8	5	9	21	19	120

Director de departament
Conf. univ. dr. Liviu Emanuel MIHĂILESCU