



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 Performanță în sport**

#### **Competențe profesionale:**

- CP1. Aplică strategii de predare
- CP2. Ajută elevii în învățarea lor
- CP3. Corectează mișcările potențial dăunătoare
- CP4. Oferă feedback constructiv
- CP5. Personalizează programul sportiv
- CP6. Motivează în sport
- CP7. Evaluează elevii
- CP8. Menține legătura cu personalul educațional
- CP9. Monitorizează comportamentul elevului
- CP10. Organizează instruirea

#### **Competențe transversale:**

- CT1. Gândește analitic
- CT2. Respectă reglementările



**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**

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 aprofundare	Sport de performanță	Organizare și conducere în sportul competițional/UPB.18.M1.O.04-01/4PC	O	-	-	-	-	1	-	-	1	-	1	-	1
		Etică și integritate academică/UPB.18.M1.O.04-02/4PC	O	-	-	-	1	-	-	-	1	1	-	-	1
		Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M1.O.04-03/8PC	O	2	-	1	-	1	1	-	-	-	1	1	1
		Orientări metodologice moderne în antrenamentul sportiv/UPB.18.M1.O.04-04/ 6PC	O	2	1	-	1	-	-	-	-	-	-	1	1
		Metode și tehnici de pregătire musculară/UPB.18.M2.O.04-05/4PC	O	-	-	1	-	1	-	-	-	-	1	1	-
		Nutriție și alimentație/UPB.18.M2.O.04-06/4PC	O	-	-	-	-	1	-	-	1	1	-	1	-
		Metodologia cercetării performanței sportive/UPB.18.M2.O.04-07/4PC	O	-	1	1	-	-	-	1	-	0,50	-	0,50	-
		Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II ( A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M2.O.04-08/7PC	O	1	-	1	-	1	1	-	-	-	1	1	1
		Practica de specialitate Aplicații metodologice ale antr. sp. pe grupe la copii și juniori/UPB.18.M2.O.04-09/3PC	O	-	1	-	-	-	-	-	1	0,50	-	-	0,50
		Ergofiziologie/UPB.18.M3.O.04-01/4PC	O	-	-	1	-	1	-	-	-	-	1	1	-
		Fundamente biomecanice în analiza comportamentului motric/UPB.18.M3.O.04-02/4PC	O	-	1	1	-	1	-	-	-	-	-	1	-
		Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M3.O.04-03/7PC	O	1	-	1	-	1	1	-	-	-	1	1	1
		Integrare socială prin activități sportive/UPB.18.M3.O.04-04/4PC	O	-	-	-	-	-	1	-	1	1	-	-	1
		Elaborarea lucrării de disertație/UPB.18.M3.O.04-05/3PC	O	-	-	-	1	-	-	0,50	-	1	-	0,50	-
		Suportul informational al performanței sportive/UPB.18.M4.O.04-06/4PC	O	-	1	1	-	-	-	-	-	-	1	-	1
		Planificarea și programarea în antrenamentul sportiv/UPB.18.M4.O.04-07/6PC	O	1	2	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1
		Tehnici și instrumente pentru analiza comportamentului motric/UPB.18.M4.O.04-08/4PC	O	-	-	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		Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M4.O.04-09/6PC	O	1	-	1	-	1	1	-	-	-	1	1	-
		Practica de specialitate Aplicații metodologice ale antrenamentului sportiv la seniori/UPB.18.M4.O.04-10/2PC	O	-	0,50	-	-	-	-	-	0,50	0,50	-	-	0,50
	Total PC Discipline obligatorii: 88			8	7,50	10	3	10	5	1,50	5,5	6,50	9	11	11
	Sport de performanță	Capacitatea de performanță/UPB.18.M1.A.04-01 / Rationalizare și standardizare în sportul de performanță/UPB.18.M1.A.04-02/4PC	A	-	-	-	-	1	-	-	-	1	1	1	-
		Teoria sportului/UPB.18.M1.A.04-03 / Coaching și performanța în sport/UPB.18.M1.A.04-04/ 4PC	A	1	-	-	-	-	1	-	-	1	-	-	1
		Teoria competiției/UPB.18.M2.A.04-05 / Dirijarea efortului în antrenament și competiție/UPB.18.M2.A.04-06/4PC	A	-	-	-	-	-	1	1	-	-	1	1	-
		Strategii de realizare a programelor de pregătire în sportul de performanță/UPB.18.M2.A.04-07 / Psiho-sociologia grupurilor sportive/UPB.18.M2.A.04-08/4PC	A	-	-	-	1	-	1	-	-	1	-	-	1
		Educație pentru sănătate și prim ajutor/UPB.18.M3.A.04-01, Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport/UPB.18.M3.A.04-02/4PC	A	-	-	1	-	1	-	-	1	-	-	-	1
		Dirijarea metodologica a capacității motrice pe ramuri de sport la seniori I/UPB.18.M3.A.04-03 / Plimetria coordonare:,concepte teoretice și practice/ UPB.18.M3.A.04-04/4PC	A	1	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	1
		Măsurare și evaluare în sport/UPB.18.M4.A.04-05 / Terapii neconvenționale de refacere/UPB.18.M4.A.04-06/4PC	A	-	1	-	1	-	-	1	-	-	-	1	-
		Dirijarea metodologica a capacității motrice pe ramuri de sport la seniori /UPB.18.M4.A.04-07 / Socializare prin activitati sportive competitionale/UPB.18.M4.A.04-08/4PC	A	1	-	-	1	-	-	1	-	-	-	1	-
		Activități complementare, loisir/UPB.18.M1.L.04-81/4PC	L	1	-	-	-	1	-	-	-	1	-	-	1
		Rafting/UPB.18.M1.L.04-82/3PC	L	-	1		1	-	-	-	-	-	-	-	1
		Escaladă/UPB.18.M1.L.04-833/3PC	L	-	-	1	-	-	-	1	-	-	-	-	1
		Fiziologia efortului sportiv/ UPB.18.M1.L.04-84/3PC	L	-	-	1	-	1	-	-	-	-	-	1	-
		Psihopedagogia adolescenților, tinerilor și adulților/ UPB.18.M1.L.04-91/5PC	L	1	1	-	-	-	-	-	-	1	1	1	-
		Proiectarea și managementul programelor educaționale/UPB.18.M1.L.04-92/5PC	L	1	-	-	1	-	1	-	1	-	-	1	-
		Metodica antrenamentului pe ramură de sport (atletism, baschet, caiac, dans sportiv, fotbal, handbal, judo, înot, schi, tenis, volei)/UPB.18.M2.L.04-85/3PC	L	1	-	-	-	-	-	1	-	-	1	1	-
		Terapii neconvenționale de refacere/UPB.18.M2.L.04-85/3PC	L	-	-	1	-	1	-	-	-	-	-	1	-
		Psihologia sportului/UPB.18.M2.L.04-87/3PC	L	-	-	-	-	-	1	-	-	1	-	1	-
		Bazele generale ale antrenamentului sportiv/UPB.18.M2.L.04-88/4PC	L	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
		Didactica domeniului și dezvoltării în didactica specializării (învățământ liceal, postliceal, după caz)/UPB.18.M2.L.04-93/5PC	L	1	1	-	-	-	-	1	1	-	-	-	1
		Metodica antrenamentului pe ramură de sport (atletism, baschet, caiac, dans sportiv, fotbal, handbal, judo, înot, schi, tenis, volei)/UPB.18.M3.L.04-81/3PC	L	1	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	-
		Stagiu de practică în centre de inițiere în sport/UPB.18.M3.L.04-82/2PC	L	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-
		Psihopedagogie/UPB.18.M3.L.04-83/4PC	L	-	1	-	-	-	-	1	-	-	1	1	-
		Pachet 1 (se alege o disciplină): Comunicare educațională/UPB.18.M3.L.04-941, Consiliere și orientare/UPB.18.M3.L.04-942, Metodologia cercetării educaționale/UPB.18.M3.L.04-943, Educație integrată/UPB.18.M3.L.04-944/5PC	L	1	-	-	1	1	-	-	-	-	1	-	1
		Sporturi extreme/UPB.18.M4.L.04-84/4PC	L	-	1	-	-	-	1	-	-	-	1	-	1
		Fitness/UPB.18.M4.L.04-85/4PC	L	1	-	-	1	1	-	-	-	-	-	1	-
		Promovarea Examenului de disertație/UPB.18.M4.L.04-86/10PC	L	-	-	-	2	2	-	2	-	2	-	1	1
		Pachet 2 (se alege o disciplină): Sociologia educației/UPB.18.M4.L.04-951, Managementul organizației școlare/UPB.18.M4.L.04-952, Politici educaționale/UPB.18.M4.L.04-953, Educație interculturală/UPB.18.M4.L.04-954, Doctrină pedagogică contemporană/UPB.18.M4.L.04-955/5PC	L	1	-	-	1	1	-	-	-	-	1	-	1
		Practică pedagogică (în învățământul liceal, postliceal, după caz)/UPB.18.M4.L.04-96/5PC	L	1	1	-	-	-	-	-	1	-	1	-	1
		Examen de absolvire, Nivelul II/UPB.18.M4.L.04-97/5PC	L	-	1	-	-	-	-	-	1	1	1	1	-
Total PC discipline de sinteză: 32				3	1	1	4	2	3	4	1	3	2	4	4
Total general PC: 120				11	8,50	11	7	12	8	5,50	6,5	9,50	11	15	15

### Distribuția punctelor de credit pe discipline și competențe

Categoria disciplinei	Nr. puncte de credit / competență												Total
	Profesionale										Transversale		
	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	CT1	CT2	
Discipline de aprofundare	8	7,50	10	3	10	5	1,50	5,5	6,50	9	11	11	88
Discipline de sinteză	3	1	1	4	2	3	4	1	3	2	4	4	32
Total PC	11	8,50	11	7	12	8	5,50	6,5	9,50	11	15	15	120

Director Departament,  
Conf. univ. dr. Liviu MIHĂILESCU