

<b>UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI</b> 	<b>PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT pentru ciclul universitar</b>  <b>2018 - 2021</b>  <i>Programul de studii universitare de licență</i>  <b>Sport și performanță motrică</b>	<b>Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică</b> 
---	--	---

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
pentru ciclul universitar 2018-2021**

**Universitatea din Pitești**

*Programul de studii universitare de  
licență*

**Sport și performanță motrică**

*Domeniul fundamental*

**Știința sportului și educației fizice**

*Domeniul de licență*

**Educație fizică și sport**

*Facultatea*

**de Științe, Educație Fizică și Informatică**

*Durata studiilor:*

**3 ani (6 semestre)**

*Forma de învățământ:*

**cu frecvență (IF)**

## **1. MISIUNEA PROGRAMULUI DE STUDIU**

Misiunea programului de studii de licență ” Sport și Performanță Motrică” Misiunea programului este aceea de a genera și transfera cunoaștere către societate prin cele trei direcții clar formulate: formare inițială și continuă la nivel universitar, cercetare științifică, dezvoltare, inovare și transfer; valorificarea și diseminarea rezultatelor cercetării științifice din domeniul Științei sportului și educației fizice. Se conturează misiunea generală asumată în direcția satisfacerii celor patru obiective majore ale învățământului românesc: pregătirea pentru piața muncii; pregătirea ca cetățeni activi într-o societate democratică; dezvoltare personală; dezvoltarea cunoașterii. Misiunea asumată se adresează absolvenților învățământului preuniversitar care doresc să-și perfecționeze cunoștințele pentru a deveni specialiști în educație fizică și sport într-un mediu universitar performant. Misiunea specifică este una didactică de formare a specialiștilor prin studii de licență în educație fizică și sport, și vizează atât formarea profesională prin studii de licență în meseriile de profesor, antrenor pe ramuri de sport, etc. cât și pregătirea pentru formarea continuă prin studii universitare de masterat și de doctorat. În contextul necesității unei corelații între competențele absolvenților învățământului superior și cerințele pieței muncii, studiile de licență la specializarea „Sport și performanță motrică”, prin competențele pe care le formează absolvenților, se integrează armonios în misiunea didactică și de cercetare a Facultății de Științe Educație Fizică și Informatică. Misiunea specifică cuprinde următoarele dimensiuni: - misiune didactică prin transmiterea cunoștințelor de specializare interdisciplinară în domeniul specific sportului performanță și înaltă performanță. - misiune științifică și de cercetare, prin formarea deprinderilor și capacităților necesare abordării temelor specifice cercetării științifice din domeniul sportului de performanță și

înalță performanță. Din această perspectivă, misiunea programului de licență sport și performanță motrică este de a asigura achiziția de cunoștințe și de a forma competențele necesare exercitării profesiei de „profesor și antrenor”, caracteristică specializărilor din sportul de performanță, necesară în unitățile sportive vocaționale. Realizarea obiectivelor disciplinelor cuprinse în planul de învățământ va facilita achiziția de cunoștințe și formarea de competențe pe baza cărora viitorii specialiști vor fi capabili să desfășoare un proces instructiv-educativ de calitate privind: sistemul antrenamentului sportiv de performanță și înalță performanță, parcurgerea curriculumului specific unităților sportive vocaționale (clase și licee cu program sportiv, cluburi sportive școlare, cluburi sportive de drept public și de drept privat, asociații sportive, etc.), în condiții de calitate și eficiență didactică. Prin acest program de studii se asigură formarea specialiștilor în măsură să realizeze o inserție profesională în condiții de competitivitate, la nivelul standardelor formulate pe piața muncii în domeniu.

## **2. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE**

### ***Obiectivul general al programului de studii:***

Realizarea formării profesionale prin studii de licență în domeniul Educație Fizică și Sport, obiective ce decurg din obiectivele fundamentale ale facultății. Obiectivele specifice ale programului de studii: În acord cu acestea, cu standardele ARACIS, cu rezoluțiile programului DOCIS, s-au stabilit obiectivele pentru programul de studii de licență „Sport și performanță motrică”: 1. crearea suportului formativ pentru un loc de muncă și participarea la funcționarea și dezvoltarea unei culturi sportive moderne; 2. îmbunătățirea conținutului planului și a programelor de învățământ, în acord cu cerințele sociale și în contextul evoluției învățământului superior românesc de integrare în contextul european potrivit procesului Bologna; 3. optimizarea tehnologiei didactice de predare-învățare-formare prin îmbunătățirea conținutului activităților didactice și perfecționarea metodologiei de predare- evaluare și integrare a studenților în activitățile didactice, precum și prin îmbunătățirea conținutului lecțiilor de antrenament și perfecționarea metodologiei de predare-evaluare și integrare a sportivilor în activitățile specifice; 4. adaptarea și corelarea programului de studii universitare de licență „Sport și performanță motrică” la exigențele sportului în toate eșaloanele lui, pentru a contribui cu elemente de noutate și oportunitate la perfecționarea și promovarea internațională a sportului românesc; 5. modernizarea și dezvoltarea continuă a bazei materiale necesară desfășurării procesului didactic în concordanță cu exigențele misiunii asumate; 6. perfecționarea strategiilor manageriale ale sportului de performanță și înalță performanță în acord cu cerințele actuale specifice sportului românesc și de integrare în contextul european; 7. cunoașterea și îmbunătățirea conținutului sistemului de antrenament sportiv, a concepțiilor, strategiilor, planurilor și a programelor de pregătire specifice diferitelor discipline și ramuri sportive; 8. perfecționarea continuă a activității de cercetare științifică a cadrelor didactice și studenților; orientarea acesteia către aspectele fundamentale ale domeniului educație fizică și sport; 9. diversificarea conținutului și a studiilor de aprofundare astfel încât să se răspundă la parametrii superiori opțiunilor studenților și cerințelor pieței privind formarea specialiștilor în domeniul antrenamentului sportiv: sportul pentru toți, sportul de performanță și înalță performanță, servicii de educație fizică și sport recunoscute).

### ***Obiectivele specifice ale programului de studii:***

transmiterea de cunoștințe și formarea abilităților necesare dobândirii competențelor ce urmează.

### *Competențe profesionale:*

- C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară
- C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar
- C3. Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport
- C4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport
- C5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport
- C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului

### *Competențe transversale:*

- CT1. Organizarea de evenimente specifice sportului pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
- CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru în procesul de selecție/ de pregătire / competiție
- CT3. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală

### **3. CALIFICARE PROFESIONALĂ, RELAȚIA CU COR ISCO 08** (*ocupații, posibilități de integrare pe piața muncii*)

Profesor în învățământul gimnazial - 233002- filiera vocatională; Noi ocupații propuse pentru a fi incluse în COR: secretar de federație sportivă( cu studii superioare de specialitate), organizator de competiții sportive, consultant integrare/reintegrare socială prin sport, consultant amenajări spații destinate activităților sportiv-recreative și de refacere, consultant creație - materiale/instalații/aparate pentru sport, coordonator echipă ghid turism sportiv, coordonator echipă monitor sporturi montane, coordonator echipa monitori schi/călărie /golf/tenis/înot/sporturi extreme, antrenor (studii superioare de specialitate), antrenor personal (studii superioare de specialitate), preparator sportiv (studii superioare de specialitate), antrenor de fotbal profesionist (studii superioare de specialitate), antrenor de fitness (studii superioare de specialitate), arbitru judecător sportiv ( studii superioare de specialitate), oficial sportiv acreditat (studii superioare de specialitate), impresar sportiv (cu studii superioare de specialitate), inspector sportiv(cu studii superioare de specialitate),consultant pe probleme de sport în administrația locală.

### **4. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANILOR UNIVERSITARI**

Număr de semestre: 6

Număr de credite obligatorii pe semestru: 26-30

Număr de ore de activități didactice/săptămână: 20-25

Structura anilor de studii:

**Macheta 1**

Anul de studii	Activități didactice		Sesiuni de examene			Practică	Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Restanțe		Iarnă	Primăvară	Vară
Anul I	14	14	3	3	2	28 ore	2	2	4
Anul II	14	14	3	3	2	56 ore	2	2	4
Anul III	14	14	3	3	2	84 ore	2	2	0

## 5. FLEXIBILITATEA INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilitatea programului de studii este asigurată prin discipline opționale (la alegere - A) și discipline facultative (liber alese - L) 7, respectiv 4. Disciplinele opționale (A) sunt propuse pentru semestrele 1-6 și sunt grupate în discipline opționale sau pachete opționale, care după ce sunt alese de student, devin obligatorii. Alegerea traseului se face de către student, înainte de începerea anului universitar din care fac parte semestrele care conțin disciplinele sau pachetele de discipline opționale prin depunerea unei cereri. Disciplinele facultative (L) sunt propuse pentru semestrele 1-6. În planul de învățământ al programului de studii de licență Sport și performanță motrică sunt consemnate disciplinele cu numărul aferent de ore și puncte de credit, urmând ca în registrul matricol să se treacă disciplina conform opțiunii studentului.

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

Condițiile de înscriere în anul următor, condițiile de a urma module de curs în avans, condițiile de promovare sunt cuprinse în Regulamentul privind organizarea și desfășurarea procesului de învățământ utilizând sistemul ECTS.

## 7. EXAMENUL DE LICENȚĂ

Perioada de elaborare a proiectului lucrării de licență: Semestrele 4-6 Definitivarea lucrării de licență –Semestrul 6 Perioada de susținere lucrării de licență: sesiunea iulie/septembrie Numărul de credite pentru susținerea proiectului de diplomă: 10

## 8. CONȚINUTUL PLANULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT - disciplinele de studiu pe ani

Facultatea: de Științe, Educație Fizică și Informatică  
 Departamentul: Departamentul Educație Fizică și Sport  
 Domeniul fundamental: Știința sportului și educației fizice  
 Domeniul de licență: Educație fizică și sport  
 Programul de studii: Sport și performanță motrică Durata studiilor: 3 ani  
 Forma de învățământ: cu frecvență (IF)

în ședința Senatului  
 din data de .....

PREȘEDINTELE SENATULUI  
 Prof. univ. dr. Mihaela DIACONU

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2018-2019

Anul: I

Semestrul: I, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare
			C	S	L	P			
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>									
1	Teoria educației fizice și sportului	UP.01.F.1.O.12.01	2	2			69	5	E
2	Gimnastica de bază	UP.01.F.1.O.12.02	2		2		69	5	E
3	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Handbal	UP.01.F.1.O.12.03	2		2		69	5	E
4	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Baschet	UP.01.F.1.O.12.04	2		2		69	5	E
5	Teoria și practica în sporturi de expresie - Dans Sportiv	UP.01.D.1.O.12.05	1		2		58	4	C
6	Teoria și practica în sporturi de iarnă - Schi Alpin	UP.01.D.1.O.12.06	2		2		44	4	E
<b>TotalDiscipline obligatorii (impuse)</b>			11	2	10		378	28	5E/1C
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>									
7	Engleză	UP.01.C.1.A.12.07		2			22	2	V
8	Franceză	UP.01.C.1.A.12.08							
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>				2			22	2	1V
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>			11	4	10		400	30	5E/1C/1V
<b>Total ore pe săptămână:</b>			25				-		
<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>									
9	Badminton *	UP.01.DOU.1.L.12.09			2		22	2	V
10	Patinaj *	UP.01.DOU.1.L.12.10			2		22	2	V
11	Comunicare în limba franceză *	UP.01.C.1.L.12.11		2			22	2	V
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>							66		3V
<b>Discipline de pregătire psihopedagogică (nivel 1)</b>									
12	Psihologia educației *	UP.01.DPF.1.L.12.12	2	2			69	5	E
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>							69		1E

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

Semestrul: II, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare
			C	S	L	P			
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>									
13	Bazele generale ale atletismului	UP.01.F.2.O.12.13	2		2		69	5	E
14	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Volei	UP.01.F.2.O.12.14	2		2		69	5	E
15	Metodica educației fizice și sportului	UP.01.F.2.O.12.15	2	2			69	5	E
16	Anatomie funcțională	UP.01.D.2.O.12.16	1	2			33	3	E
17	Teoria și practica în sporturi de apă - Înot	UP.01.D.2.O.12.17	2		2		33	3	E
18	Aplicații practice discipline sportive de apă	UP.01.D.2.O.12.18			28		75	2	V
19	Educație pentru sănătate și prim ajutor	UP.01.F.2.O.12.19	2	1			58	5	E
<b>TotalDiscipline obligatorii (impuse)</b>			11	5	6		406	28	6E/1V
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>									
20	Engleză	UP.01.C.2.A.12.20		2			22	2	V
21	Franceză	UP.01.C.2.A.12.21							
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>				2			22	2	1V
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>			11	7	6		428	30	6E/2V
<b>Total ore pe săptămână:</b>			24				-		

<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>								
22	Jocuri dinamice *	UP.01.DOU.2.L.12.22			2	22	2	V
23	Tenis de masa *	UP.01.DOU.2.L.12.23			2	22	2	V
24	Comunicare in limba franceza *	UP.01.C.2.L.12.24		2		22	2	V
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>								66
<b>Discipline de pregatire psihopedagogica (nivel 1)</b>								
25	Pedagogie I - Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculumului *	UP.01.DPF.2.L.12.25	2	2		69	5	E
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>								69
								1E

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

**RECTOR,**  
Conf. univ. dr. ing. Dumitru CHIRLEȘAN

**DECAN,**  
Conf. univ. dr. Man George Mihail

**DIRECTOR DE DEPARTAMENT,**  
Prof. univ. dr. Marian Cretu

**RESPONSABIL PROGRAM DE STUDII,**  
Conf. univ. dr. ROȘU Daniel

Facultatea: de Științe, Educație Fizică și Informatică  
 Departamentul: Departamentul Educație Fizică și Sport  
 Domeniul fundamental: Știința sportului și educației fizice  
 Domeniul de licență: Educație fizică și sport  
 Programul de studii: Sport și performanță motrică Durata studiilor: 3 ani  
 Forma de învățământ: cu frecvență (IF)

în ședința Senatului  
 din data de .....

PREȘEDINTELE SENATULUI  
 Prof. univ. dr. Mihaela DIACONU

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2019-2020

Anul: II

Semestrul: III, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare
			C	S	L	P			
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>									
1	Kinesiologie	UP.01.F.3.O.12.01	2	2			69	5	E
2	Psihopedagogie	UP.01.F.3.O.12.02	1				97	3	E
3	Teoria și practica în sporturi de combat - Judo	UP.01.D.3.O.12.03	2		2		44	4	E
4	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - Gimnastica Acrobatică	UP.01.D.3.O.12.04	2		2		44	4	E
5	Fiziologie	UP.01.D.3.O.12.05	2	2			33	5	E
6	Bazele generale ale antrenamentului sportiv	UP.01.S.3.O.12.06	2		2		72	4	E
7	Aplicații practice discipline sportive de iarnă	UP.01.D.3.O.12.07			28		50	2	V
<b>TotalDiscipline obligatorii (impuse)</b>			11	4	6		409	27	6E/1V
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>									
8	Franceză	UP.01.C.3.A.12.08		2			22	2	V
9	Engleză	UP.01.C.3.A.12.09							
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>				2			22	2	1V
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>									
10	Utilizare soft-uri specializate în Știința Sportului și Educației Fizice	UP.01.C.3.A.12.10	1		1		22	2	C
11	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice	UP.01.C.3.A.12.11							
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>			1		1		22	2	1C
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>			12	6	7		453	31	6E/2V/1C
<b>Total ore pe săptămână:</b>			25						-
<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>									
12	snowboard *	UP.01.DOU.3.L.12.12	1	1			22	2	C
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>							22		1C
<b>Discipline de pregătire psihopedagogică (nivel 1)</b>									
13	Pedagogie II - Teoria și metodologia instruirii; Teoria și metodologia evaluării *	UP.01.DPF.3.L.12.13	2	2			69	5	E
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>							69		1E

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

Semestrul: IV, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare
			C	S	L	P			
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>									
14	Metodica antrenamentului pe ramură de sport	UP.01.S.4.O.12.14	2		2		69	5	E
15	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice	UP.01.C.4.O.12.15	1	2			58	4	E
16	Teoria și practica în alte ramuri sportive - Tenis	UP.01.D.4.O.12.16	2		2		58	4	C
17	Teoria și practica atletismului	UP.01.D.4.O.12.17	2		2		44	4	E
18	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Fotbal	UP.01.F.4.O.12.18	2		2		69	5	E
19	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de Licență	UP.01.D.4.O.12.19			28		50	3	V
<b>TotalDiscipline obligatorii (impuse)</b>			9	2	8		348	25	4E/1C/1V
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>									
20	Engleză	UP.01.C.4.A.12.20		2			22	2	V

21	Franceză	UP.01.C.4.A.12.21											
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>							2		22	2	1V		
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>													
22	Istoria educației fizice și sportului	UP.01.DOU.4.A.12.22	1	2				33	3	C			
23	Antrenament și competiție în sport adaptat	UP.01.DOU.4.A.12.23											
<b>TotalDiscipline opționale (la alegere)</b>							1	2		33	3	1C	
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>							10	6	8		403	30	4E/2C/2V
<b>Total ore pe săptămână:</b>							24						
<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>													
24	teoria competiției *	UP.01.DOU.4.L.12.24	2	1				58	4	E			
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>									58		1E		
<b>Discipline de pregătire psihopedagogică (nivel 1)</b>													
25	Didactica specializării *	UP.01.DPS.4.L.12.25	2	2				69	5	E			
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>									69		1E		

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

**RECTOR,**  
Conf. univ. dr. ing. Dumitru CHIRLEȘAN

**DECAN,**  
Conf. univ. dr. Man George Mihail

**DIRECTOR DE DEPARTAMENT,**  
Prof. univ. dr. Marian Cretu

**RESPONSABIL PROGRAM DE STUDII,**  
Conf. univ. dr. ROȘU Daniel



Facultatea: de Științe, Educație Fizică și Informatică  
 Departamentul: Departamentul Educație Fizică și Sport  
 Domeniul fundamental: Știința sportului și educației fizice  
 Domeniul de licență: Educație fizică și sport  
 Programul de studii: Sport și performanță motrică Durata studiilor: 3 ani  
 Forma de învățământ: cu frecvență (IF)

în ședința Senatului  
 din data de .....

PREȘEDINTELE SENATULUI  
 Prof. univ. dr. Mihaela DIACONU

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul universitar 2020-2021

Anul: III

Semestrul: V, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare	
			C	S	L	P				
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>										
1	Evaluare motrică și somato-funcțională	UP.01.D.5.O.12.01	2	2			83	5	E	
2	Psihologia sportului	UP.01.S.5.O.12.02	2	2			69	5	E	
3	Metodica antrenamentului pe ramură de sport	UP.01.S.5.O.12.03	2		2		69	5	E	
4	Fiziologia efortului sportiv	UP.01.S.5.O.12.04	2	2			44	5	E	
5	Stagii de practică în centre de inițiere în sport	UP.01.S.5.O.12.05			28		28	2	V	
<b>Total Discipline obligatorii (impuse)</b>			8	6	2		293	22	4E/1V	
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>										
6	Echipamente, aparate și instalații folosite în sport	UP.01.S.5.A.12.06	2		2		44	4	C	
7	Amenajări baze sportive	UP.01.S.5.A.12.07								
<b>Total Discipline opționale (la alegere)</b>			2		2		44	4	1C	
<b>Discipline opționale (la alegere)(A), alegere o disciplină dintr-un pachet</b>										
8	Etică și integritate academică/Academic Writing	UP.01.C.5.A.12.08	1	2			33	3	C	
9	Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice	UP.01.C.5.A.12.09								
<b>Total Discipline opționale (la alegere)</b>			1	2			33	3	1C	
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>			11	8	4		370	29	4E/1V/2C	
<b>Total ore pe săptămână:</b>			23							-
<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>										
10	musculatie *	UP.01.DOU.5.L.12.10	1	1			36	2	C	
11	Engleză/Franceză *	UP.01.C.5.L.12.11		2			22	2	V	
<b>Total Discipline facultative (liber alese)</b>							58		1C/1V	
<b>Discipline de pregătire psihopedagogică (nivel 1)</b>										
12	Instruire asistată de calculator *	UP.01.DPF.5.L.12.12	1	1			22	2	C	
13	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (1) *	UP.01.DPS.5.L.12.13			3		33	3	C	
<b>Total Discipline facultative (liber alese)</b>							55		2C	

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

Semestrul: VI, 14 săptămâni

Nr. crt.	Disciplina	Cod	Ore/săptămână				SI / sem.	PC	Formă evaluare
			C	S	L	P			
<b>Discipline obligatorii (impuse)(O)</b>									
14	Tehnici de monitorizare a performanței sportive	UP.01.S.6.O.12.14	2		2		69	5	E
15	Stagii de practică în acțiuni și evenimente sportive	UP.01.S.6.O.12.15			28		50	2	V
16	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - Gimnastica Ritmică	UP.01.D.6.O.12.16	2		2		44	4	C
17	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță	UP.01.S.6.O.12.17	2		2		100	4	C
18	Stagii de practică în structuri ale sportului	UP.01.S.6.O.12.18			28		28	2	V
19	Sah	UP.01.DOU.6.O.12.19	1		2		47	3	C
20	Metodica antrenamentului pe ramură de sport	UP.01.S.6.O.12.20	2		2		69	5	E
21	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice	UP.01.S.6.O.12.21	2		2		72	5	E
<b>Total Discipline obligatorii (impuse)</b>			11		12		479	30	3E/2V/3C
<b>Total discipline obligatorii (O) și opționale (A):</b>			11		12		479	30	3E/2V/3C

		<b>Total ore pe săptămână:</b>	23				-	
<b>Discipline facultative (liber alese)(L)</b>								
22	Promovarea examenului de licență *	UP.01.DOU.6.L.12.22				250	10	A/R
23	Engleză/Franceză *	UP.01.C.6.L.12.23	2			22	2	V
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>						272		1A/R/1V
<b>Discipline de pregătire psihopedagogică (nivel 1)</b>								
24	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (2) *	UP.01.DPS.6.L.12.24			3	8	2	C
25	Examen de absolvire - nivelul I *	UP.01.DPF.6.L.12.25	28			125	5	E
26	Managementul clasei de elevi *	UP.01.DPF.6.L.12.26	1	1		47	3	E
<b>TotalDiscipline facultative (liber alese)</b>						180		1C/2E

\* - punctele de credit ale disciplinei nu sunt luate în calcul în cadrul punctelor de credit semestriale

**RECTOR,**  
Conf. univ. dr. ing. Dumitru CHIRLEȘAN

**DECAN,**  
Conf. univ. dr. Man George Mihail

**DIRECTOR DE DEPARTAMENT,**  
Prof. univ. dr. Marian Cretu

**RESPONSABIL PROGRAM DE STUDII,**  
Conf. univ. dr. ROȘU Daniel

## 9. DISTRIBUIREA CREDITELOR PE COMPETENȚE (tabel RNCIS – grila 2) Macheta 3

Categoriza disciplinei	Arii de conținut	Denumirea și obligativitatea disciplinei (O / A)	Nr. puncte de credit / competență												
			Profesionale						Transversale						
			C1	C2	C3	C4	C5	C6	CT1	CT2	CT3				
<b>Discipline fundamentale</b>	Educație Fizică și Sport	Teoria educației fizice și sportului/UP.01.F.1.O.12.01/5	O	4									1		
		Kinesiologie/UP.01.F.3.O.12.01/5	O	2	2									1	
		Psihopedagogie/UP.01.F.3.O.12.02/3	O		1							1		1	
		Gimnastica de bază/UP.01.F.1.O.12.02/5	O	2			2							1	
		Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Handbal/UP.01.F.1.O.12.03/5	O	2			2							1	
		Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Baschet/UP.01.F.1.O.12.04/5	O	2			2							1	
		Bazele generale ale atletismului/UP.01.F.2.O.12.13/5	O	2			2							1	
		Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Volei/UP.01.F.2.O.12.14/5	O	2			2							1	
		Metodica educației fizice și sportului/UP.01.F.2.O.12.15/5	O	2	1	1									1
		Fundamentele științifice ale jocurilor sportive - Fotbal/UP.01.F.4.O.12.18/5	O	1	1	1	2								
Educație pentru sănătate și prim ajutor/UP.01.F.2.O.12.19/5	O			2	1				1				1		
<b>Total PC educație fizică și sport: 53</b>			19	5	4	13				1	1	10			
<b>Total PC discipline fundamentale: 53</b>			19	5	4	13				1	1	10			
<b>Discipline în domeniul</b>	Educație Fizică și Sport	Evaluare motrică și somato-funcțională/UP.01.D.5.O.12.01/5	O			2	1	1					1		
		Teoria și practica în sporturi de combat - Judo/UP.01.D.3.O.12.03/4	O		2		2								
		Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - Gimnastica Acrobatică/UP.01.D.3.O.12.04/4	O	2			2								
		Fiziologie/UP.01.D.3.O.12.05/5	O	2	1	1		1							
		Teoria și practica în sporturi de expresie - Dans Sportiv/UP.01.D.1.O.12.05/4	O		1	1	1				1				
		Teoria și practica în sporturi de iarnă - Schi Alpin/UP.01.D.1.O.12.06/4	O			1	1	1			1				
		Aplicații practice discipline sportive de iarnă/UP.01.D.3.O.12.07/2	O								1			1	
Anatomie funcțională/UP.01.D.2.O.12.16/3	O		3												

		Teoria și practica în alte ramuri sportive - Tenis/UP.01.D.4.O.12.16/4	O	1	1	1	1							
		Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - Gimnastica Ritmică/UP.01.D.6.O.12.16/4	O		1	1	2							
		Teoria și practica atletismului/UP.01.D.4.O.12.17/4	O	1	1	1	1							
		Teoria și practica în sporturi de apă - Înot/UP.01.D.2.O.12.17/3	O		1		2							
		Aplicații practice discipline sportive de apă/UP.01.D.2.O.12.18/2	O				1	1						
		Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de Licență/UP.01.D.4.O.12.19/3	O			1		1					1	
<b>Total PC educatie fizica si sport: 51</b>				6	11	9	14	5		3			3	
<b>Total PC discipline în domeniul: 51</b>				6	11	9	14	5		3			3	
<b>Discipline de specialitate</b>	Educatie Fizica si Sport	Psihologia sportului/UP.01.S.5.O.12.02/5	O	1			1	1				1	1	
		Metodica antrenamentului pe ramură de sport/UP.01.S.5.O.12.03/5	O	1	2		2							
		Fiziologia efortului sportiv/UP.01.S.5.O.12.04/5	O			2	1	2						
		Stagiu de practică în centre de inițiere în sport/UP.01.S.5.O.12.05/2	O								1	1		
		Bazele generale ale antrenamentului sportiv/UP.01.S.3.O.12.06/4	O	2	1									1
		Echipamente, aparate și instalații folosite în sport/UP.01.S.5.A.12.06, Amenajări baze sportive/UP.01.S.5.A.12.07/4	A				1	1	1				1	
		Tehnici de monitorizare a performanței sportive/UP.01.S.6.O.12.14/5	O	1	1	1	1	1						
		Metodica antrenamentului pe ramură de sport/UP.01.S.4.O.12.14/5	O	1	1	1	1	1						
		Stagiu de practică în acțiuni și evenimente sportive/UP.01.S.6.O.12.15/2	O									1	1	
		Refacerea și recuperarea în sportul de performanță/UP.01.S.6.O.12.17/4	O	1	1			2						
		Stagiu de practică în structuri ale sportului/UP.01.S.6.O.12.18/2	O									1	1	
		Metodica antrenamentului pe ramură de sport/UP.01.S.6.O.12.20/5	O					2	1			1	1	
		Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice/UP.01.S.6.O.12.21/5	O	1			1	1	1				1	
<b>Total PC educatie fizica si sport: 53</b>				8	6	6	10	10		4	7	2		
<b>Total PC discipline de specialitate: 53</b>				8	6	6	10	10		4	7	2		
<b>Discipline complementare</b>	Educatie Fizica si Sport	Engleză/UP.01.C.1.A.12.07, Franceză/UP.01.C.1.A.12.08/2	A										2	
		Franceză/UP.01.C.3.A.12.08, Engleză/UP.01.C.3.A.12.09/2	A										2	
		Etică și integritate academică/Academic Writing/UP.01.C.5.A.12.08, Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice/UP.01.C.5.A.12.09/3	A								1	1	1	
		Utilizare soft-uri specializate în Știința Sportului și Educației Fizice/UP.01.C.3.A.12.10, Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice/UP.01.C.3.A.12.11/2	A							1				1
		Comunicare în limba franceză/UP.01.C.1.L.12.11/0	L											
		Engleză/Franceză/UP.01.C.5.L.12.11/0	L											
		Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice/UP.01.C.4.O.12.15/4	O				1		1					2
		Engleză/UP.01.C.4.A.12.20, Franceză/UP.01.C.4.A.12.21/2	A											2
		Engleză/UP.01.C.2.A.12.20, Franceză/UP.01.C.2.A.12.21/2	A											2
		Engleză/Franceză/UP.01.C.6.L.12.23/0	L											
Comunicare în limba franceză/UP.01.C.2.L.12.24/0	L													
<b>Total PC educatie fizica si sport: 17</b>						1		1	1	1	1	1	12	
<b>Total PC discipline complementare: 17</b>						1		1	1	1	1	1	12	
<b>Discipline la opțiunea universității</b>	Educatie Fizica si Sport	Badminton/UP.01.DOU.1.L.12.09/0	L											
		Patinaj/UP.01.DOU.1.L.12.10/0	L											
		musculatie/UP.01.DOU.5.L.12.10/0	L											

		snowboard/UP.01.DOU.3.L.12.12/0	L																		
		Șah/UP.01.DOU.6.O.12.19/3	O									1	1	1							
		Istoria educației fizice și sportului/UP.01.DOU.4.A.12.22, Antrenament și competiție în sport adaptat/UP.01.DOU.4.A.12.23/3	A	3																	
		Jocuri dinamice/UP.01.DOU.2.L.12.22/0	L																		
		Promovarea examenului de licența/UP.01.DOU.6.L.12.22/0	L																		
		Tenis de masa/UP.01.DOU.2.L.12.23/0	L																		
		teoria competiției/UP.01.DOU.4.L.12.24/0	L																		
		<b>Total PC educație fizică și sport: 6</b>		3								1	1	1							
		<b>Total PC discipline la opțiunea universității: 6</b>		3								1	1	1							
		<b>Total PC discipline de aprofundare: 0</b>																			
		<b>Total PC discipline de sinteză: 0</b>																			
<b>Discipline pregătire psihopedagogică fundamentale</b>	Educație Fizică și Sport	Instruire asistată de calculator/UP.01.DPF.5.L.12.12/0	L																		
		Psihologia educației/UP.01.DPF.1.L.12.12/0	L																		
		Pedagogie II - Teoria și metodologia instruirii; Teoria și metodologia evaluării/UP.01.DPF.3.L.12.13/0	L																		
		Examen de absolvire - nivelul I/UP.01.DPF.6.L.12.25/0	L																		
		Pedagogie I - Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculumului/UP.01.DPF.2.L.12.25/0	L																		
		Managementul clasei de elevi/UP.01.DPF.6.L.12.26/0	L																		
		<b>Total PC educație fizică și sport: 0</b>																			
		<b>Total PC discipline pregătire psihopedagogică fundamentale: 0</b>																			
<b>Discipline pregătire psihopedagogică de specialitate</b>	Educație Fizică și Sport	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (1)/UP.01.DPS.5.L.12.13/0	L																		
		Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (2)/UP.01.DPS.6.L.12.24/0	L																		
		Didactica specializării/UP.01.DPS.4.L.12.25/0	L																		
		<b>Total PC educație fizică și sport: 0</b>																			
		<b>Total PC discipline pregătire psihopedagogică de specialitate: 0</b>																			
		<b>Total general PC: 180</b>		36	22	20	37	16	1	10	10	10	10	28							

## Distribuția disciplinelor după criteriul conținutului

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	Discipline fundamentale	434	126		560	25.64	20.00-25.00%
2	Discipline în domeniu	224	336	112	672	30.77	30.00-35.00%
3	Discipline de specialitate		112	532	644	29.49	30.00-35.00%
4	Discipline complementare	56	126	42	224	10.26	5.00-10.00%
5	Discipline la opțiunea universității		42	42	84	3.85	3.00-5.00%
	<b>Total</b>	<b>714</b>	<b>742</b>	<b>728</b>	<b>2184</b>	<b>100</b>	

## Macheta 5

## Distribuția disciplinelor după criteriul obligativității

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
		An I	An II	An III	ore	%	
1	Discipline obligatorii (impuse)	658	616	630	1904	87	85-90%
2	Discipline opționale (la alegere)	56	126	98	280	13	5-10%
	<b>Total</b>	<b>714</b>	<b>742</b>	<b>728</b>	<b>2184</b>	<b>100</b>	
3	Discipline facultative (liber alese)				0	0	

## Macheta 6

## Distribuția punctelor de credit pe discipline și competențe

Categoría disciplinei	Nr. puncte de credit / competență									Total
	Profesionale						Transversale			
	C1	C2	C3	C4	C5	C6	CT1	CT2	CT3	
Discipline fundamentale	19	5	4	13	0	0	1	1	10	53
Discipline în domeniu	6	11	9	14	5	0	3	0	3	51
Discipline de specialitate	8	6	6	10	10	0	4	7	2	53

Discipline complementare	0	0	1	0	1	1	1	1	12	17
Discipline la opțiunea universității	3	0	0	0	0	0	1	1	1	6
Discipline de aprofundare	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Discipline de sinteză	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Discipline pregătire psihopedagogica fundamentale	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Discipline pregătire psihopedagogica de specialitate	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Total PC</b>	<b>36</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>37</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>28</b>	<b>180</b>

**RECTOR,**

**Conf. univ. dr. ing. Dumitru CHIRLEȘAN**

**DECAN,**

**Conf. univ. dr. Man George Mihail**

**DIRECTOR DE DEPARTAMENT,**

**Prof. univ. dr. Marian Cretu**

**RESPONSABIL PROGRAM DE STUDII,**

**Conf. univ. dr. ROȘU Daniel**